باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

55

ماہنامہ عبقری لاہور

جنوری 2011ء بمطابق محرم الحرام، صفر 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات

لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے حیرت انگیز کمالات
- میرے آزمودہ طبی و روحانی تجربات
- اولاد سے محروم افراد ضرور پڑھیں
- پانچ منٹ میں شدید سر درد سے یقینی نجات
- ایسی شرافت جس پر فرشتوں کو بھی رشک آئے
- دانتوں کے سیاہ نشان ختم کرنے کیلئے
- بیٹیوں کے رشتے کیلئے خاص عمل
- لاعلاج امراض کیلئے انوکھا نسخہ
- صرف 7 دنوں میں گنج دور
- ہائی بلڈ پریشر سے نجات
- خواب کے ذریعے ملا عمل
- ڈینگی کا گھریلو سستا علاج

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 7 جلد نمبر 5 جنوری 2011ء بمطابق محرم الحرام صفر 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

لاہور جنوری 2011ء

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی قشی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے | بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

کیا عبقری بددیانت اور بے ایمان ہوگیا؟

قارئین کو بار بار رسالہ بھیجنے کے باوجود رسالہ نہ ملنے کی مسلسل شکایات، گالیاں، بددیانتی، بے ایمانی اور طرح طرح کے لگائے گئے گھٹیا الزامات کے پیش نظر قارئین ادارہ کو ادا کی ہوئی رقم واپس لے سکتے ہیں۔ آئندہ ادارہ عبقری اپنے ممبر کو فقط ایک مرتبہ رسالہ روانہ کرے گا۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں اپنے ڈاکخانہ سے رابطہ فرمائیں یا اپنے شہر کی نیوز ایجنسی یا قریبی بک سٹال سے قیمتاً رسالہ خرید فرمائیں۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 0322-4688313-042-37552384 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

محمد طارق محمود نے [illegible] پرنٹرز [illegible] روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر مطلع کردیں شکریہ

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

خط و کتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے 042-37597605

Website:www.ubqari.org E-mail:contact@ubqari.org 0322-4688313 042-37552384

بھلائی کی بات کرو ورنہ خاموش رہو

حضرت ابوذر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ مجھے میرے حبیب ﷺ نے سات باتوں کا حکم فرمایا: مجھے حکم فرمایا کہ میں مساکین سے محبت رکھوں اور ان سے قریب رہوں، مجھے حکم فرمایا کہ میں دنیا میں ان لوگوں پر نظر رکھوں جو (دنیاوی سازوسامان میں) مجھ سے نیچے درجہ کے ہیں اور ان پر نظر نہ کروں جو (دنیا سازوسامان میں) مجھ سے اوپر کے درجہ کے ہیں، مجھے حکم فرمایا کہ میں اپنے رشتہ داروں کے ساتھ صلہ رحمی کروں اگر چہ وہ مجھ سے منہ موڑیں، مجھے حکم فرمایا کہ میں کسی سے کوئی چیز نہ مانگوں، مجھے حکم فرمایا کہ میں حق بات کہوں اگر چہ وہ (لوگوں کے لیے) کڑوی ہو، مجھے حکم فرمایا کہ میں اللہ تعالیٰ کے دین اور اس کے پیغام کو ظاہر کرنے میں کسی ملامت کرنے والے کی ملامت سے نہ ڈروں اور مجھے حکم فرمایا کہ میں **لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ** کثرت سے پڑھا کروں کیونکہ یہ کلمہ اس خزانہ سے ہے جو عرش کے نیچے ہے۔(مسند احمد)

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ اپنے مہمان کا اکرام کرے جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ وہ صلہ رحمی کرے یعنی رشتہ داروں کے ساتھ اچھا سلوک کرے اور جو شخص اللہ تعالیٰ پر اور آخرت کے دن پر ایمان رکھتا ہے اس کو چاہیے کہ بھلائی کی بات کرے ورنہ خاموش رہے۔(بخاری)

حال دل

روزانہ کے کلینک میں آنے والا ہر شخص کوئی نصیحت، کوئی انجام، کوئی اچھی یا سنہری بات مجھے دے جاتا ہے۔یہ سلسلہ آج کا نہیں، سالہا سال پر محیط ہے۔ایک تجربہ ہوا اور یہ ایک دفعہ کا نہیں......سینکڑوں بار کا ہے۔لباس کا شخصیت پر اثر جہاں ظاہری ہوتا ہے وہاں اندرونی یعنی باطنی بھی ہوتا ہے۔

ویسے آج کی سائنس ایک بات پر بہت زیادہ زور دے رہی ہے کہ آپ گھٹیا پہنیں یا بڑھیا......لیکن سوتی پہنیں۔اور سوتی بھی بالکل باریک نہ ہو جس سے جسم ظاہر ہو کیونکہ سورج سے نکلنے والی الٹراوائلٹ ریز جلد کے کینسر کا ذریعہ بنتی ہیں۔یہ بات تو سائنس کی ہوئی......کچھ اور مشاہدات بھی سن لیں۔

کیونکہ میرے پاس لاتعداد خواتین اور مردوں کا آنا جانا ہے اور بقول ایک دانشور کے لاہور فیشن کی فیکٹری ہے یہاں سے فیشن سفر کرتا ہے پھر کراچی سے جہاز میں بیٹھتا ہے اور پھر یورپ چلا جاتا ہے یا پھر لاہور سے اسلام آباد کا سفر کر کے امریکہ چلا جاتا ہے۔یہی لاہور تو ہے جس کے بارے میں حضرت مجدد الف ثانی رحمۃ اللہ علیہ نے مکتوبات میں لکھا ہے جس کا مفہوم یہ ہے کہ جو خیر یا شر لاہور سے شروع ہوگی وہ پورے عالم میں پھیلے گی۔

ایک خاتون میرے پاس اپنے شوہر کی سخت اور ظالمانہ رویے کی فریاد لے کر آئی۔اس سے پہلے وہ کئی وظائف پڑھ چکی تھی کئی پیروں کو لاکھوں ہار چکی تھی۔حسب توفیق صدقہ خیرات بھی کر چکی تھی۔کردار کی بری بھی نہیں تھی لیکن تھی سخت پریشان......روحانی چیک کرنے کے بعد میرے روحانی استخارے نے مجھے آواز دی کہ اس سے کہو اپنا لباس کشادہ جس سے جسم مکمل ڈھک جائے اور لباس کچھ موٹا ہو۔میں نے یہی بات اس خاتون کو کہی۔کہنے لگی کہ اس کا میرے شوہر سے کیا تعلق؟ جو ماڈرن لباس میں نے پہنا ہوا ہے یہ خود میرے شوہر کی پسند ہے۔اس کے جواب میں ان سے میں نے عرض کیا کہ جو کچھ بھی تمہارے گھر میں ہو رہا ہے شیطانی قوتیں تم پر فریفتہ ہیں۔ تمہارے جسم پر فدا ہیں۔وہ تمہیں تمہارے شوہر سے جدا کر کے تمہیں تنہا کرنا چاہتے ہیں۔ان سے عرض کیا کہ آٹھ سو دفعہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم صبح اور شام پڑھو۔چاہے چلتے پھرتے ہی کیوں نہ ہو۔چالیس دن یا نوے دن پڑھنا ہے اور اپنے لباس کو بدلو جب شریر جنات کی نظریں بدلیں گی تو تمہارے شوہر کی نظریں بھی بدلیں گی اور لہجہ بھی بدلے گا چونکہ ہر طرف سے خاتون عاجز آ چکی تھی بے یقینی کے عالم میں ہوں......ہاں کر کے چلی گئی۔کوئی ڈیڑھ ماہ بعد ہاتھ میں مٹھائی کا ڈبہ خوشی خوشی لے کر آئیں اور کہنے لگی کہ ہاں! واقعی میرا گھر اجڑتے اجڑتے بس گیا۔میں نے عرض کیا کہ وہاں بیٹھے لوگوں میں مٹھائی بانٹ دو اور اب بولو کہ کیا فائدہ ہوا؟ خوشی کے آنسو کے ساتھ بھرائی ہوئی آواز کے ساتھ خاتون کہنے لگیں کہ ”فائدہ تو جتنا ہوا میرے بیان سے باہر ہے لیکن ایک خواب میں نے انوکھا دیکھا۔میں نے دیکھا کہ میرے گھر میں بہت سارے کتے اور بلیاں ہیں جو کہ کھلے آزاد پھر رہے ہیں ہر تھوڑی دیر کے بعد مجھے چاٹنے اور بوسہ دینے کی کوشش کرتے ہیں لیکن کوئی غیر مرئی ان کے اور میرے سامنے آجاتی ہے وہ ایک دوسرے کو کہتے ہیں کہ پہلے تو ہم ایسا کر لیتے تھے مگر اب ایسا کیوں نہیں کرتے۔اسی دوران میرا شوہر گھر میں داخل ہوتا ہے تو بلیاں غراتی ہیں اور کتے اس کو دیکھ کر بھونکتے ہیں۔اچانک میری آنکھ کھل گئی اور فجر کی اذان میرے کانوں میں پڑی۔خواب تو مجھے بہت آتے ہیں لیکن یاد نہیں رہتے۔یہ خواب مجھے یاد بھی رہا اور جسم پسینہ پسینہ ہو گیا۔آپ کی بات واقعی خواب کے ذریعے سچی معلوم ہوئی اور میرا جہنم گھر جنت بن گیا۔صرف بسم اللہ اور لباس کے بدلنے سے“

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

میرے دوستو! میرا رب کہتا ہے کہ چلو اس کو یاد دہانی کرادو بھئی صبح نماز کیلئے ہمارے پاس آجانا۔اگر اور زیادہ عقلمند بنا چاہتا ہے اور زیادہ باشعور بنا چاہتا ہے پھر ایسا کر نیند کے اس لمحے میں جس لمحے میں نیند کی غفلت بھی ہوتی ہے اور نیند کا خمار بھی ہوتا ہے رات کا آخری پہر ہوتا ہے اس وقت بڑی لاجواب نیند آتی ہے اس وقت اگر ہو سکے تو کھڑا ہو کے ہمارے سامنے راز ونیاز کر جسے ہم تہجد کہتے ہیں اور یاد رکھ یہ نفل ہیں اور تو نے ابھی فرض ادا کرنے ہیں ذرا نفل سے مشق کرلے۔ کہتے ہیں کہ فوج کی مشقیں ہو رہی ہیں' یہ چھوٹی موٹی مشقیں ہیں یہ اس لیے ہو رہی ہیں کہ کل کو اگر جنگ ہوگئی تو اس کیلئے یہ مشقیں کام آئیں گی۔یہ جو نفل پڑھ رہا یہ مشق سچی مشق ہے لیکن اس سے ایک اور بڑی سچی مشق یہ ہے کہ فرض کا مقابلہ نفل نہیں کرسکتے۔اس لئے فرمایا کہ تو فرضوں میں آنا چاہتا ہے اچھا ٹھیک ہے کوئی بات نہیں تو تہجد کے نفل پڑھنے کیلئے نہیں اٹھ سکا تو کوئی بات نہیں' پہلے دو رکعت نماز سنت پڑھ لے۔اب دیکھیں فجر کی سنتیں لازم قرار دی گئی ہیں کیونکہ تو نے صفت صلوٰۃ کی زندگی کو حاصل کرنا ہے لہٰذا اب نماز دھیان والی ہوگی اور سارا دن تو نے گزارنا ہے آج پہلے ذرا دو رکعت نماز سنت پڑھ لے اور سنتوں میں تیرا دھیان ہر ہر رکن پر ہے اور ہر ہر رکن تو اپنی مرضی نہیں کررہا' اللہ جل شانہٗ کے حکم اور حضور سرورکونین ﷺ کے طریقے سے کررہا۔یاد رکھ! اب اپنے اوپر ترس کھا۔

چھوٹی سی مشق

تیری اب صبح اس لئے کی ہے کہ تو اپنا کام کر لیکن دیکھ کام کرنے سے پہلے یہ ذہن میں رکھ لے وہاں ہمیں نہیں بھولنا۔ آجا پھر نماز کیلئے صبح صبح تیری ذرا تھوڑی سی مشق کرالیں' کہیں تھوڑی سی رات کو غفلت ہوگئی ہوگی اب صبح مشق کرلے جیسے نماز میں تو ہماری طرف متوجہ تھا اور نماز کے ہر رکن میں متوجہ تھا' نماز کی ہر حالت میں متوجہ تھا' ایسے ہی زندگی کے ہر رکن' میں زندگی کی ہر حالت میں' خواہ وہ گھر کی زندگی' بستر کی زندگی' دفتر کی زندگی' بیت الخلا کی زندگی' بیت اللہ کی زندگی' زمین' دکان اور بازار کی' کھانے پینے کی اور دسترخوان کی' زندگی ہے ویسے ہی نماز کے ہر رکن میں تو نے ہمیں جس طرح یاد رکھا تھا یہاں بھی ہمیں یاد رکھنا' وہاں بھی تو ایک کی مان کر چلا تھا یہاں بھی ایک کی مان کر چلنا' وہاں تو نے من چاہی کو چھوڑا تھا' دل میں آرہی تھی کہ سجدے تین چار دے دوں مزہ آرہا یا تھکا ہو تو ایک سجدہ دے دوں وہاں (نماز میں) تو نے اپنی مرضی نہیں کی' دیکھ نماز کے باہر کی زندگی میں بھی اپنی مرضی نہیں کرنا۔یہ صفت صلوٰۃ ہے اچھا اب سارا دن اللہ پاک نے کام میں بھیجا اب نصف النہار (آدھا دن) ہوگیا۔ اللہ پاک نے فرمایا اچھا کوئی بات نہیں شاید تو پھر بھول گیا ہو آجا!! ظہر کی نماز کے وقت۔پھر نماز میں بلایا اور پھر وہ احکامات یاد دلائے کہ تو نے جیسی نماز میں زندگی گزارنی ہے' نماز کے بعد جب سجدے سے نکلے گا جس طرح تو نے تنکوں والی (مسجد کی) ٹوپی کو دور پھینکا ایسا نہ کرنا کہ صفت صلوٰۃ کو بھی دور پھینک دے پھر کہنا نماز نماز ہے یہاں (دکان، کاروبار) اور ہے نہیں جس طرح نماز میں تیری مرضی نہیں چلی' نماز کے بعد بھی تیری مرضی نہیں چلے گی۔خیال کرنا مومن نماز کے بعد بھی اللہ کا ہوتا ہے' مومن کو نماز کیلئے باربار بلایا ہی اس لئے جارہا کہ شاید اپنا سبق بھول گیا ہو اب کہنے لگے ظہر پڑھ لی ہے اب عصر کا وقت ہے اب فرشتوں کی ڈیوٹیاں تبدیل ہو رہی ہیں ہم چاہتے ہیں کہ ایسے وقت میں تیرے اعمال پیش ہوں جس وقت تو غفلت میں نہ ہو' ہمارے ساتھ محبت میں ہو توجہ ہو اب عصر کیلئے بلایا پھر مغرب کا وقت ہوا اب پھر بلا لیا دیکھ خیال کرنا اب دن ڈوب گیا ہے اور رات آنے والی ہے پھر اس (رات) میں ذرا خیال کرنا' رات بھی تیری نہیں ہے' رات بھی ہماری ہے۔ارے مومن کا کوئی بھی لمحہ اس کا (مومن کا) تو ہوتا ہی نہیں۔

ایک صحابی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ہمارے پاس اللہ کے عذاب کو' اللہ جل شانہٗ کی ناراضگی کو رکوانے کیلئے ایک چیز تھی اور وہ تھی محمد ﷺ حضور ﷺ کی ذات بابرکات تھی جس کی وجہ سے اللہ کے عذابات ہم سے ٹلے رہے اور سرورکونین ﷺ کے وصال کے بعد جو چیز ہے وہ ہے استغفار اور اس کو پھر یوں فرمایا کہ ہمارے پاس دو نجات کی صورتیں ہیں ایک نجات سرورکونین ﷺ کی ہستی اور دوسرا استغفار۔سرورکونین ﷺ کے پردہ فرمانے کے بعد ہمارے پاس جو چیز بچی ہے وہ چیز ہے استغفار۔آیت کریمہ پر ذرا غور کریں یہ سارے کا سارا استغفار ہی تو ہے اور کیا ہے اللہ جل شانہٗ کی عظمت اور اللہ کی کبریائی اور اللہ پاک کی بڑائی کو بیان کیا لا الہ کوئی الہ ہے ہی نہیں' مشکل کشا' حاجت روا' دینے والا ساری کائنات کو' ہم سارے منگتے وہ سب کا داتا' لاالٰــــہ الا انــت سبــحانک تو پاک ہے سارے عیب ہمارے اندر تیرے اندر کوئی عیب ہے ہی نہیں اور ہم سب سے بڑے ظالم ہیں۔

سب سے بڑا ظالم کون

انی کنت من الظلمین میں سب سے بڑا ظالم ہوں۔ ظالم کہتے اسے ہیں جو چیز جس کیلئے بنی ہو اس کیلئے ہی استعمال ہو۔اب ایک بندہ بندہ ٹوپی سے جوتا صاف کررہا ہے' اب ٹوپی تو جوتے کیلئے بنی ہی نہیں تم نے اس سے جوتا صاف کرنا شروع کردیا' یہ جسم' یہ تن تو ''وما خلقت الجن و الانــس الا لیعبدون'' عبادت کیلئے بنا تھا اللہ جل شانہٗ کی بندگی کے لئے بنا تھا اس جسم کو کسی اور مشغلے کیلئے استعمال کرنا یہی تو ظلم ہے۔سرورکونین ﷺ نے اس امت کے ظالموں کیلئے بھی دعا کی ہے مزدلفہ کی رات اور صبح آپ ﷺ عرفات میں دعائیں فرماتے رہے اور امت کے ظالموں کیلئے بھی دعا فرمائی اور امت کا دنیا اور کائنات کا سب سے بڑا ظلم یہ ہے کہ یہ جسم جس کے لئے بنا تھا جس نے بنایا تھا اس کے لئے استعمال نہیں ہو رہا۔دیکھو دوستو! ایک ہے جان بنانے کی محنت' ایک ہے ایمان بنانے کی محنت' یہ دو منفرد محنتیں ہیں یہ دو منفرد کوششیں ہیں' جان بنانے کیلئے کتنی کوشش کی جاتی ہے کتنی محنت کی جاتی ہے۔

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب! اسلام علیکم! اللہ آپ کو سدا خوش رکھے اور آپ کے علم وعمل میں برکت عطا کرے۔میرے ایک عزیز دوست مجھے جمعرات کے درس میں لے کر آئے' واقعی جس طرح انہوں نے بیان کیا تھا اس سے بڑھ کر پایا۔ پہلے تو صرف ان کی خوشنودی کیلئے آیا تھا لیکن جیسے جیسے درس سنتا گیا میرا دل نرم ہوتا گیا اور پھر توجہ سے سننے لگا۔اب الحمدللہ! کافی عرصہ سے مستقل شرکت کررہا (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

قارئین کے تجربات ومشاہدات

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے حیرت انگیز کمالات

(حکیم عاشق حسین، کراچی)

بندہ نے درود شریف کے واقعات لکھ کر بھیجے تھے حکیم صاحب نے مہربانی فرماتے ہوئے اسے "مجھے شفاء کیسے ملی؟" میں چھاپ دیا اس کے علاوہ آپ نے بڑی حوصلہ افزائی فرمائی اور فرمایا کہ درود شریف کے اس مضمون کو پڑھ کر بے شمار لوگوں نے اسے پڑھنا شروع کر دیا ہے۔ یہ حضرت کا اخلاص اور فقیر کے ساتھ محبت ہے۔ اللہ رب العزت ان کا سایہ ہمارے سروں پر ہمیشہ قائم دائم رکھے۔ کئی لوگوں نے بالمشافہ اور کئی نے فون کرکے بندے کی حوصلہ افزائی فرمائی میں نے حضرت کی طرف اشارہ کرکے یہی عرض کی کہ حسن کا انتظام ہوتا ہے عشق کا نام ہوتا ہے بہر حال اللہ کریم کا شکر ہے جس نے بندے کو توفیق دی دل چاہتا ہے مزید درود شریف کے واقعات تحریر کروں جو کہ اس دوران جمع ہوئے ہیں۔ رسول اکرم ﷺ کی ذات گرامی مسلمانوں کیلئے کائنات کی محبوب ترین ہستی ہے۔

آپ ﷺ سے عقیدت ومحبت کے شروع مظاہر کی حیرت انگیز تفصیل پیش کرتی ہے۔ بعض اوقات اس پاکیزہ جذبے نے مسلمانوں کو دنیا کے مصائب وآلام سے نکالنے کی راہ نکالی ہے۔ جناب محترم مرشد کامل محمد طارق محمود عبقری مجذوبی صاحب کی محبت رسول ﷺ کی جھلک ہزاروں مسلمانوں کو درود شریف پڑھنے پر لگا دینے کی صورت میں نظر آتی ہے۔ انشاء اللہ امید ہے یہ تحریر عبقری کے قارئین کے دلوں میں رسول اکرم ﷺ کی محبت وعقیدت نیز آپ ﷺ پر درود وسلام پڑھنے کی عادت میں اضافے کا موجب بنے گی۔ ہم اپنے پیارے رسول حضرت محمد ﷺ پر درود کیوں نہ پڑھیں ہمیں جو کچھ ملا ہے انہی کے در سے، انہی کے صدقے سے ملا ہے ہمیں قرآن ملا، فرقان ملا انہی کے صدقے سے ہمیں دین ملا، ایمان ملا، انہیں کے ذریعے سے ہمیں اخلاق ملے، والدین کا مقام ملا، انہی کے صدقے سے بہنوں کو مان ملا، بھائیوں کو مقام ملا، انہی کے ذریعے سے اور کیا کچھ نہیں ملا۔ انسانیت کو شرف ملا انہی کے صدقے سے تو ہم کیوں نہ ان پر درود پڑھیں صرف اتنا عرض کرتا ہوں اپنے پیر ومرشد کے شیخ کی زبان میں کہ ثانبوت اور خاتمیت آپ ﷺ کے نمایاں امتیازات ہیں آپ ﷺ خاتم النبیین ہیں۔ آپ ﷺ پر نازل کتاب خاتم الکتب، آپ ﷺ کا لایا ہوا دین خاتم الادیان، آپ ﷺ کی امت خاتم الامم ہے۔

دوسری جانب غور کیجئے کلمہ طیبہ کا خصوصی تعلق اللہ تعالیٰ سے ہے تو درود شریف آپ ﷺ کے ساتھ مختص ہے۔ فرائض کا تعلق اللہ تعالیٰ سے ہے جبکہ سنت آپ ﷺ کیلئے۔ ترک فرائض پر اللہ تعالیٰ مواخذہ فرمائے گا ترک سنت پر عتاب ہے یا عقاب ہر دو میں دقیق فرق ہے مکہ معظمہ افضل البلاد کہ وہاں بیت اللہ ہے، مدینہ منورہ فضیلت میں ثانوی درجہ پر کہ وہاں روضہ اطہر ہے۔ شعبان آپ کا مہینہ اس میں لیلۃ البرات ہے رمضان المبارک شہر اللہ اس میں لیلۃ القدر ہے، ادھر قرآن کریم ادھر حدیث عظیم، وہاں چار ملائکہ مقربین یہاں چار خلفاء کریم، وہاں فرشتوں کا ہجوم یہاں قدسی صفات صحابہ کا جم غفیر اللہ جانے یہ ثانبوت کس کس انداز میں آپ ﷺ کے حصے میں آئی ہے لہٰذا گر فرق مراتب نکنی زندیقی وہ معبود ہے یہ عبد وہ مسجود ہے تو یہ ساجد اس کا علم بے کراں یہاں علم اولین و آخرین باوجود متناہی اس فرق...... اس امتیاز کو قائم رکھا جائے تو یہی صراط مستقیم ہے۔ طالب نجات کلمہ طیبہ کا ورد کرتے اور طالب شفاعت درود کا اہتمام۔

میری پریشانیوں کا مداوا

ایک جاننے والے محمد ایوب صاحب کبھی کبھار مطب پر تشریف لاتے ہیں بڑے مخلص اور سادہ طبیعت کے شخص ہیں ایک بار مطب پر جب تشریف لائے تو کہنے لگے کہ مجھے پریشانیاں اتنی ہیں کہ میں بیان نہیں کرسکتا بندہ نے ان سے عرض کی کہ بھائی آپ کثرت سے درود شریف پڑھا کریں یہ تیرے سارے دکھوں اور غموں کیلئے کافی ہوگا اور تیرے گناہوں کی بخشش کا باعث ہوگا اور میں اپنی طرف سے نہیں کہہ رہا۔ یہ حضرت ابی بن کعب رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ جب دو تہائی رات گزر جاتی تو رسول اللہ ﷺ کھڑے ہو جاتے اور فرماتے اے لوگو! اللہ کو یاد کرو، اللہ کی یاد میں مشغول ہو جاؤ، صور کا وقت آ گیا ہے پھر اس کے بعد دوسری مرتبہ بھی صور پھونکا جائے گا پھر موت بھی اپنی سختیوں کے ساتھ آن پہنچی ہے میں نے عرض کیا اے اللہ کے رسول ﷺ! میں آپ پر کثرت سے درود شریف بھیجتا ہوں اپنی دعاؤں میں سے کتنا حصہ درود کیلئے وقف کروں؟ آپ ﷺ نے فرمایا جتنا تو چاہے میں نے عرض کیا کیا ایک چوتھائی (صحیح ہے)؟ آپ ﷺ نے فرمایا جتنا تو چاہے، میں نے عرض کیا کیا نصف مقرر کر دوں؟ آپ ﷺ نے فرمایا جتنا تو چاہے لیکن اگر اس سے زیادہ کرلے تو تیرے لیے اچھا ہے۔ میں نے عرض کیا کیا دو تہائی مقرر کر دوں آپ ﷺ نے فرمایا جتنا تو چاہے لیکن اگر زیادہ کرلے تو تیرے لیے بہتر ہے۔ میں نے عرض کیا میں اپنی ساری دعا کا وقت درود کیلئے مقرر کرتا ہوں اس پر رسول اللہ ﷺ نے فرمایا یہ تیرے لیے تیرے سارے دکھوں اور غموں کیلئے کافی ہوگا اور تیرے گناہوں کی بخشش کا باعث ہوگا۔ بندے نے جب ان سے درود شریف پڑھنے کیلئے یہ کہا تو محمد ایوب صاحب کہنے لگے میں جب بھی آپ کے پاس اپنا کوئی بھی مسئلہ لیکر آیا ہوں آپ نے مجھے ہمیشہ جواب میں درود شریف پڑھنے کا کہتے ہیں اور ہمارے والے حضرات کہتے ہیں کہ یہ درود کے منکر ہیں یہ کیا ہے میں نے عرض کی کہ آپ کے سامنے ہے اور آپ نے دیکھا ہوگا میں ہر آنے والے کو یہی عمل بتاتا ہوں اور یہ دیکھیں (مجھے شفاء کیسے ملی دکھاتے ہوئے) بندہ نے اس میں ان افراد کے واقعات لکھے ہیں جن کو بندے نے درود شریف پڑھنے کیلئے عرض کیا اور انہوں نے پڑھا تو کیسے کیسے بگڑے ہوئے ان کے کام اس عمل کی برکت سے بن گئے۔

بڑی حیرت سے انہوں نے یہ تحریر دیکھی اور پھر فرمانے لگے کہ ایک اور صاحب ہیں ان کا واقعہ آپ کو سناتا ہوں جس سے مجھے بڑا ہی تعجب ہوا فرمانے لگے میں ایک کارخانے میں اپنے کام کے سلسلے میں جاتا رہتا ہوں ایک دن جب میں ان کے کارخانہ میں گیا تو دیکھا کہ کارخانہ کے مالک کے بیٹے بیٹھے ہوئے تھے میں نے پوچھا تو انہوں نے بتایا کہ والد صاحب باہر کے ملک گئے ہوئے ہیں۔ چند دن بعد دوبارہ گیا اور پھر پوچھا کہ آپ کے والد صاحب ابھی نہیں آئے؟ انہوں نے فکرمندی اور تشویش زدہ لہجے میں بتایا کہ والد صاحب کو چند دن پہلے دل کا دورہ پڑا ہے اور ہسپتال میں

داخل ہیں دعا کریں اللہ کریم انہیں جلد صحت وتندرستی عطا فرمائے۔ بندہ کو دکھ ہوا کیونکہ یہ صاحب بڑے نیک اور شریف ہیں ہر ایک سے محبت سے پیش آتے ہیں میں نے کہا اللہ رحم کرے گا کب تشریف لا رہے ہیں۔

ڈاکٹروں نے انہیں سفر سے منع کیا

انہوں نے بتایا کہ ڈاکٹروں نے انہیں سفر سے منع کیا ہے بہر حال محمد ایوب صاحب نے مزید بات کو آگے بڑھاتے ہوئے کہا کہ چند ہی دنوں میں میرا دوبارہ وہاں جانا ہوا میرے پوچھنے پر انہوں نے بتایا والد صاحب تو واپس آگئے ہیں اور گھر پر ہیں میں نے طبیعت کا پوچھا کہنے لگے بڑی اچھی۔ مجھے بڑی حیرت ہوئی میں اسی وقت ملاقات کیلئے ان کے گھر پر آیا جیسے ہی یہ صاحب نظر آئے میں دیکھ کر دنگ رہ گیا میں نے سوچا تھا کہ دل کے دورے کی وجہ سے جسم کمزور ہوگا چہرے پر ہوائیاں اڑ رہی ہوں گی لیکن یہاں تو چہرے پر دور دور تک کوئی بیماری کے آثار نظر نہیں آرہے ہنستا مسکراتا رعنائی سے بھرپور چہرہ اور میں فیصلہ نہیں کرپایا کہ باہر ملک جانے سے پہلے ان کی صحت بہتر تھی یا اب قابل رشک ہے۔

بہر حال انہوں نے مجھے بڑی عزت سے بٹھایا‘ چائے پلائی اور دیگر لوازمات سے اکرام کیا۔ میں نے ان سے عیادت کرتے ہوئے کہا کہ یہ سن کر بڑا افسوس ہوا کہ آپ کو دل کا دورہ پڑا اب آپ کی طبیعت کیسی ہے؟ کہنے لگے الحمدللہ بالکل ٹھیک ٹھاک کوئی پریشانی نہیں ہے۔ پھر میں نے باتوں ہی باتوں میں پوچھا کہ جناب آپ کو ڈاکٹروں نے آرام کا مشورہ دیا تھا اور سفر کرنے سے سختی سے منع کیا تھا پھر آپ نے اتنا بڑا رسک کیوں لیا اتنا طویل سفر کرنے کا اور خدانخواستہ آپ کو کچھ ہوا تو نہیں؟ فرمانے لگے اس ملک میں بے دینی بے پردگی کا ماحول ہے میں جس ہسپتال میں زیر علاج تھا وہاں کا مکمل عملہ عورتوں پر مشتمل ہے جس سے مجھے اس ماحول میں گھٹن محسوس ہورہی تھی‘ میں اللہ کا نام لیکر ہسپتال کے عملے کی نظروں سے بچتے بچاتے ہوئے ہسپتال سے باہر آیا اور درود شریف پڑھنا شروع کردیا۔ درود شریف پڑھتے پڑھتے اپنی رہائش والی جگہ سے ویزہ اٹھایا ٹکٹ لیا اور جہاز پر سوار ہوگیا اس پورے سفر کے دوران میں مسلسل درود شریف پڑھتا رہا اس عمل کی برکت سے مجھے ذرا بھی کسی قسم کی کوئی تکلیف نہیں ہوئی مجھے تو گھر والے زبردستی کرتے ہیں اور گھر سے باہر نہیں نکلنے دیتے کہ دل کا معاملہ ہے کچھ عرصہ آرام کریں حالانکہ میں اپنے آپ کو سوفیصد صحت مند اور توانا محسوس کرتا ہوں۔ محمد ایوب کہنے لگے میں بڑی توجہ اور دھیان سے ان کی گفتگو سن رہا تھا اور سوچ رہا تھا کہ حکیم صاحب بھی درود شریف پڑھنے پر اصرار کرتے ہیں اور یہ صاحب بھی میرے سامنے بیٹھے ہیں اور کہہ رہے ہیں کہ میں درود شریف کی برکت سے بخیر وعافیت سے اپنے ملک پاکستان پہنچ گیا۔

گھریلو سکون کیلئے

آگرہ تاج کے ایک ساتھی اپنے ساتھ اپنی پھوپھی کو لیکر آئے ان کی پھوپھی نے اپنی داستان غم روتے روتے سنائی کہ میرے شوہر بڑی سخت طبیعت کے مالک ہیں ہر وقت غصے میں بھرے رہتے ہیں اور بات بات پر لڑائی کرتے ہیں اگر میں کچھ بول دیتی ہوں تو پٹائی کرنے لگ جاتے ہیں۔ اپنی اولاد سے بھی لڑتے ہیں نتیجے کے طور پر اولاد ان سے باغی ہوگئی ہے جس کی وجہ سے ان کا بیٹا بھی اپنے والد کے مقابلے پر آجاتا ہے چند دن پہلے دونوں باپ بیٹے کی لڑائی ہوئی میں درمیان میں بول پڑی تو میری پٹائی کردی اور کہا کہ گھر سے نکل جاؤ‘ مجھے بھی غصہ آگیا اور میں یہاں سے بھائی کے گھر پر چلی آئی ہوں۔ مجھے چھوٹے بچے بہت یاد آتے ہیں‘ کوئی ماں بھلا اپنے بچوں کے بغیر کیسے رہ سکتی ہے۔

خالہ غم وغصے میں مسلسل بولتی چلی گئی بندہ سر جھکا کر خاموشی سے ان کی باتیں سنتا رہا جب وہ اچھی طرح اپنے دل کا غبار نکال چکیں تو میں نے کہا خالہ آپ کیوں اتنا پریشان ہوتی ہیں آپ کیلئے محبوب خدا ﷺ نے خوشخبری سنائی ہے آپ کے اور میرے آقا ﷺ کے ایک ارشاد کا مفہوم ہے فرمایا اللہ تعالیٰ جس شخص کو بھلائی پہنچانے کا ارادہ فرماتے ہیں اسے مصیبت میں مبتلا کردیتے ہیں اور مصیبت ہر اس چیز کو کہتے ہیں جسے دل قبول نہ کرے۔

اللہ جس کو خیر و بھلائی کا راستہ دینا چاہے

لہٰذا آپ ﷺ کے اس فرمان سے معلوم ہوا کہ مصیبت خواہ وہ بیماری کی صورت میں ہو یا حادثہ وصدمہ کی شکل میں ہو شوہر کی بے پروائی اور سخت رویہ سے ہو ہمیشہ اللہ کے قہر اور عذاب ہی کے طور پر نہیں بلکہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ جس بندے پر اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم کا سایہ کرنا چاہتا ہے اور اسے خیر وبھلائی کے راستہ پر ڈالنا چاہتا ہے تو اسے کسی نہ کسی مصیبت میں مبتلا کردیتا ہے جس سے نہ صرف یہ کہ اس کے گناہ صاف ہوتے ہیں بلکہ اس کے دل ودماغ کو مصیبت کی سختی مجلّٰی ومصفّٰا کرکے خیر وبھلائی کے نور کو اپنے اندر سمونے کی صلاحیت پیدا کردیتی ہے اس سے معلوم ہوا کہ اگر بندہ مصیبت وتکلیف پر صبر کرے اور اللہ کی رضا پر راضی رہے تو یہ اس بات کی علامت ہوگی کہ یہ مصیبت اس کیلئے اپنے دامن میں اللہ کی رضا و رحمت لے کر آئی ہے۔ میری اس طرح کی دیگر باتیں سن کر کہنے لگیں بیٹا آپ کی سب باتیں ٹھیک ہیں لیکن بیٹا میں بہت کمزور ہوں اس کے باوجود بیٹا بہت صبر کرتی ہوں بہت زیادہ صبر کرتی ہوں۔ میں نے عرض کی خالہ آپ پریشان نہ ہوں آپ کا مسئلہ تو بہت معمولی ہے لوگوں کے بڑے بڑے مسئلے اللہ کے فضل وکرم سے حل ہوگئے ہیں آپ کو ایک عمل بتاتا ہوں اگر آپ نے اس عمل کو مکمل یقین اور توجہ دھیان کے ساتھ چند شرائط کے ساتھ کرلیا تو میں سوفیصد نہیں 120 فیصد گارنٹی کے ساتھ کہتا ہوں کہ آپ کے سب مسئلے حل ہوجائیں گے آپ کا شوہر آپ کو مارنے کیلئے ہاتھ لگانا تو درکنار غصے سے بھی نہیں دیکھے گا۔

بیٹا اللہ آپ کی زبان مبارک کرے اگر اس طرح ہوجائے تو میں ساری زندگی آپ کو آپ کے بچوں کو دعائیں دونگی یہ کہتے ہوئے ان کی آنکھوں میں آنسو آگئے۔ میں نے عرض کی خالہ آپ نے فرض نمازوں کی پابندی کرنی ہے‘ تلاوت کلام پاک کی پابندی کرنی ہے اور اس کے بعد دن رات جو بھی وقت آپ کو ملے چلتی پھرتی اٹھتی بیٹھتی درود شریف **صلی اللہ علی محمد** پڑھیں اور جب آپ کا شوہر اور گھر کا کوئی بھی فرد آپ سے لڑائی جھگڑا کرے‘ آپ اپنی زبان کو بند کریں اور دل ہی دل میں درود شریف پڑھنا شروع کردیں اور دل ہی دل میں کہیں

یا اللہ اس درود شریف کی برکت سے میری مشکل آسان فرمایا۔ یا اللہ یہ وہ عمل ہے جو آپ بھی کرتے ہیں اور دوسروں کو بھی حکم دیتے ہیں یا اللہ میرے پاس کوئی نیکی نہیں جسے آپ کے سامنے پیش کر کے میں آپ سے کچھ مانگوں میرے پاس صرف ایک ہی سوغات ہے اور وہ ہے درود وسلام یا اللہ دیکھ سن میں دل کی گہرائیوں سے تیرے حبیب پر درود شریف پڑھ رہی ہوں۔

ہمارا ایمان وعقیدہ

خالہ ہمارا ایمان وعقیدہ ہے کیونکہ سچوں کے سردار صادقوں کی سنگ بنیاد رکھنے والے کا فرمان ذی وقار ہے کہ اللہ تبارک وتعالیٰ نے ایک فرشتہ میری قبر پر مقرر کر رکھا ہے جس کو ساری مخلوق کی باتیں سننے کی قدرت عطا فرما رکھی ہے پس جو شخص بھی مجھ پر درود بھیجتا ہے وہ فرشتہ مجھ پر اس کا نام اور اس کے باپ کا نام لیکر درود پہنچاتا ہے کہ فلاں شخص جو فلاں کا بیٹا ہے اس نے آپ ﷺ پر درود بھیجا ہے خالہ جب اس حالت اور کیفیت میں آپ درود شریف پڑھیں گی تو فرشتہ جہاں یہ عرض کرے گا بارگاہ رسالت مآب ﷺ میں کہ آپ کی ایک امتی فلاں بنت فلاں آپ پر درود شریف پڑھ رہی ہے وہاں پر وہ یہ بھی عرض کرے گا۔ آپ کی حالت وکیفیت کا نقشہ کھینچ کر کہ اے امت کے غم خوار نبی اے مجسمہ رحمت ﷺ آپ کی یہ امتی بڑی بے قرار وغمگین ہے کیا روضہ اقدس میں اپنے امتی کیلئے بے تاب نہیں ہونگے اور اپنے اس امتی کیلئے دعا نہیں کریں گے؟ خالہ! ضرور کریں گے اور ان کی دعائیں مالک ہمیشہ قبول کرتا ہے میں نے جب یہ الفاظ کہے تو خالہ تڑپ گئیں اور بے اختیار رونے لگ گئیں۔

خالہ نے آنسوؤں کی برسات میں کہا کہ آپ کو اللہ جزائے خیر عطا فرمائے آپ نے تو میرے سارے تفکر دھو دیئے ہیں۔

خالہ ایک نئے جذبے ہمت اور حوصلے کے ساتھ واپس تشریف لے گئیں۔ جب یہ جا رہی تھیں تو میں نے ان سے عرض کی تھی کہ اب آپ نے صرف یہ عمل (درود شریف والا) کرنا ہے اور اب آپ نے خود اپنے گھر نہیں جانا جب تک کہ آپ کے شوہر خود آپ کو لینے نہ آئیں اس بات کو گزرے ابھی چند ہی دن ہوئے تھے کہ ان کے بھانجے راہ چلتے مل گئے دعا سلام کے بعد پوچھا کہ خالہ کیسی ہیں کہنے لگے پتہ نہیں وہ تو ہم جس روز آپ کے پاس آئے تھے اس کے اگلے روز ہی پھوپھا آئے تھے اور پھوپھی ان کے ساتھ چلی گئیں چند دنوں بعد پھر ملاقات پر بتایا کہ میں پھوپھو کے گھر گیا تھا وہ آپ کو سلام عرض کر رہی تھیں اور کہہ رہی تھیں کہ میں چند دنوں کے بعد آؤں گی شکریہ ادا کرنے۔ بہرحال کوئی مہینے ڈیڑھ مہینے کے بعد تشریف لائیں اور ڈھیروں دعائیں دینے کے بعد بتایا کہ الحمدللہ آپ کے بتائے ہوئے طریقے پر عمل کیا اگلے دن ہی میرا کام بن گیا میرے شوہر خود گھر آ کر مجھے لے گئے حالانکہ اس سے پہلے میں خود ہی انتظار کر کے چلی جاتی تھی گھر آ کر انہوں نے مجھ سے معافی مانگی میں ایک ہزار بار روزانہ درود شریف پڑھ رہی ہوں اور الحمدللہ اب تک گھر میں ایک بار بھی لڑائی نہیں ہوئی ورنہ تو بغیر لڑائی کے کوئی دن نہیں جاتا تھا۔

درود شریف سے میرا گھر آباد ہو گیا

اس طرح ایک بہن اپنے مسائل کیلئے فون کرتی اور وہ بہن ہر عمل کو اس طرح (مکمل یقین اور توجہ اور دھیان کے ساتھ) کرتی کہ حق ادا کر دیتی اس کا ہر مسئلہ اللہ نے حل فرمایا ان کا ایک مسئلہ ایسا بنا کہ حل ہونے کو نہیں آ رہا تھا ان کا بار بار فون آتا کہ میرا مسئلہ حل ہی نہیں ہو رہا۔ بندے نے انہیں کثرت سے اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے درود شریف پڑھنے کیلئے عرض کیا تھا۔ پہلے ان کا مسئلہ تحریر کرتا ہوں آخر میں کیسے ان کا مسئلہ حل ہوا تحریر کرتا ہوں۔ اس بہن کے بقول میرے شوہر اپنے والدین اور بہن بھائیوں اور بھابھیوں کو حد سے زیادہ اہمیت دیتے باوجود اس کے ان کے والدین اور بہن بھائی' بھابھیوں نے مجھ پر کالا جادو کروایا ان کا کاروبار ختم کروایا' جائیداد میں سے کوئی حصہ نہیں دیا ان کے کہنے میں آ کر مجھے والدین کے گھر چھوڑ آتے' بڑی مشکل سے دعائیں کر کے وظیفے کر کے ان کے گھر والوں سے جان چھوٹی' اپنا گھر اللہ نے دیدیا اپنی گاڑی مل گئی یہ بھی ان کو برداشت نہ ہوا اور انہوں نے پھر کالا علم میرے شوہر پر کروا دیا جن سے ان کا رویہ یکدم مجھ سے بدل گیا اب چند دن ہوئے ہیں وہ مجھے چھوڑ کر والدین کے گھر چلے گئے بات صرف اتنی تھی کہ میں نے کئی دنوں سے بچوں کو گاڑی میں سیر وتفریح کیلئے کہا ہوا تھا جس دن ہمیں جانا تھا اسی دن یہ گاڑی اپنے والدین کو دے آئے انہیں کہیں جانا تھا میرے بچوں کی سب تیاریاں دھری کی دھری رہ گئیں اور بچے رونے لگے جب میں نے انہیں منع کیا تو لڑائی کرنے لگے اور پھر مجھے چھوڑ کر چلے گئے۔ اسی دوران ان کا فون آیا کہنے لگیں حکیم صاحب بہت ہو گئی میں چاہتی ہوں کہ جس طرح انہوں نے میرے گھر کا سکون تباہ و برباد کیا ہے اور میں بھی تباہ و برباد ہوں' ان کے بچے بھی اسی طرح روئیں جس طرح میرے بچے روتے ہیں' آپ مجھے کوئی عمل بتائیں چاہے ایک ٹانگ پر کھڑے ہو کر مجھے عمل کرنا پڑے میں کرونگی کیسا بھی عمل ہو کتنا ہی مشکل عمل ہو میں کرونگی' آپ بتائیں۔ یہ بہن اتنے غم وغصے میں بول رہی تھیں کہ موبائل سے بھی محسوس ہو رہا تھا جیسے آتش نکل رہی ہو میں نے انہیں سمجھاتے ہوئے عرض کی بہن ہم اس نبی رحمت شفیع اعظم ﷺ کی امت ہیں کہ جس نے پتھر کھا کر بھی پھول برسائے گالیاں دینے والوں کو دعائیں دیں جس نے دشمنوں کو دوست بنایا۔ جس نے اپنے محبوب چچا جناب حضرت حمزہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے قاتل کو بھی معاف کر دیا تھا۔ اس ہندہ (رضی اللہ عنہا) کو جس نے آپ کے چچا کا کلیجہ چبایا تھا اسے اپنی مقدس جماعت کا رکن بنایا بہن آپ یہ چاہتی ہیں کہ اپنے شوہر کے خاندان والے تباہ و برباد ہوں جن میں وہ معصوم بچے بھی ہیں کہ جن کا کوئی قصور نہیں' بچے تو سب اچھے ہوتے ہیں گلاب کے پھولوں سے زیادہ دلکش چاند سے زیادہ حسین ہوتے ہیں۔

ان کا غصہ کچھ کم ہوا

میری یہ بے ساختہ باتوں سے ان کا غصہ کچھ کم ہوا تو کہنے لگیں پھر میں کیا کروں وہ تو چلے گئے بچوں کو سکول کون چھوڑ کر آئے گا کیا میں جھک جاؤں ہر دفعہ ان ہی کی فتح ہو گیا شکست ہر جگہ میرے ہی حصے میں ہے۔ میں نے پیار سے سمجھاتے ہوئے کہا بہن آپ اپنے رب کی ناشکری کر رہی ہیں آپ خود ہی تو بتاتی رہی ہیں کہ میرے اللہ نے میری ہر دعا کو قبول کیا۔ میری ہر خواہش کو پورا کیا جب پہلے اللہ نے آپ کو نہیں چھوڑا تو اب بھی وہ آپ کو تنہا نہیں چھوڑے گا جس توجہ اور یقین کے ساتھ آپ عمل کرتی ہیں اسے سن کو تو ہمیں آپ پر رشک آتا ہے اور ہم دعا کرتے ہیں کہ اللہ آپ جیسا یقین ہمیں بھی عطا فرمائے اور آپ اس بار اتنی پریشان ہو گئی کہ غلط قسم کی سوچ سوچنے لگیں ایسا نہ کریں اللہ سے معافی مانگیں توجہ دھیان سے عمل کریں انشاء اللہ کام ہو جائے گا بندہ بھی دعا کرتا ہے اور حضرت سے رابطہ ہوا تو انہیں بھی دعاؤں کی درخواست کرے گا۔

بہرحال محسوس ہوا کہ کچھ نہ کچھ اسے تسلی ہوئی ہے لیکن اگلے دن جب بندہ مطب پر بیٹھا تھا اور چند مریض بھی تشریف لائے تھے کے اس بہن کا فون آ گیا نہ دعا نہ سلام غصے سے چیختے چلاتے اور روتے ہوئے کہا آپ نے میرے لیے کچھ نہیں کیا نا' وہ مجھے طلاق دینے کا کہہ رہے ہیں اور کہہ رہے ہیں میرا گھر چھوڑ کر اپنی ماں کے گھر چلی جاؤ میں وہیں طلاق بھجوا رہا ہوں۔ میں تباہ و برباد ہو گئی ایسی زندگی سے تو مرجانا بہتر ہے میں بس مر رہی ہوں میرے بچوں کا خدا حافظ میں

خودکشی کر رہی ہوں' گواہ رہنا میرے قاتل میرے شوہر کے گھر والے ہیں بندہ یہ سن کر بڑا پریشان ہوا اور چند لمحے تو ساکت بیٹھا رہ گیا پھر کہا بہن خدا کیلئے یہ ظلم نہ کرنا آپ میری بات کو غور سے سنیں جلدی بازی سے کام نہ لیں کیا آپ درود شریف پڑھ رہی ہیں روتے ہوئے کہا جی ہاں کتنی بار رات دن کب سے ایک عرصہ سے ارے بہن آپ کو پتہ ہے ہم جب درود شریف پڑھتے ہیں تو ہمارا درود شریف فرشتے لے جا کر بارگاہ اقدس ﷺ میں پیش کرتے ہیں اور عرض کرتے ہیں فلاں کی بیٹی نے آپ پر ہدیہ درود بھیجا ہے وہ فرشتے جن کی اللہ تبارک وتعالیٰ نے خدمت لگائی ہے کہ دنیا میں جہاں بھی کوئی درود وسلام پڑھے وہ میرے محبوب کی خدمت میں بھیج دے کیا وہ فرشتہ آپ کا درود پیش خدمت کرتے ہوئے یہ نہیں بتائے گا کہ آقا ﷺ تیری وہ بیٹی جو روزانہ آپ پر درود پڑھتی ہے آج وہ سخت کرب و بلا میں مبتلا ہے۔

مصیبت وپریشانی کے عالم میں

اس نے مصیبت و پریشانی کے عالم میں بھی آپ ﷺ پر درود شریف پڑھنا نہیں چھوڑا بہن کیا رحمت کائنات یہ سن کر تڑپ نہیں گئے ہونگے آپ ﷺ نے آپ کیلئے دعا نہیں کی ہوگی' سنیے خدا جانے اس طرح کے کیسے کیسے بول بولے بہن کی بےقرار آوازوں سے محسوس ہوا کہ تیر نشانے پر لگ گیا ہے کہنے لگی واقعی میں نے عرض کی کیا آپ کو شک ہے' کہنے لگی شک تو کفر ہے میں نے عرض کی تو بس یقین کریں کہ آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا یہ آپ کی آزمائش ہے اگر آپ اس آزمائش کی گھڑی میں ثابت قدم رہیں تو آپ کے مسائل ہمیشہ ہمیشہ کیلئے حل ہو جائیں گے۔ آپ ڈٹ جائیں درود شریف کی تعداد بڑھا دیں اور درود شریف پڑھتے ہوئے یہ کہیں اے پاک ومقدس فرشتوں میرا درود سلام میرے سردار میرے آقا ﷺ پر لیکر جانے والو میرا پیغام میرے آقا ﷺ کو پہنچا دینا کہ تیری بیٹی مصیبت وپریشانی کے عالم میں مبتلا ہے۔

آقا میرے رب سے میرے لیے' میرے بچوں کیلئے دعا فرما دیجئے۔ بہن آپ تو مضروب دل ہیں' بچوں کی ماں ہیں آپ کی درخواست ضرور بہ ضرور قبول ہوگی۔ اللہ رب العزت آپ کے سب بگڑے کام بنا دے گا۔ اللہ تعالیٰ نے ایسی ایسی باتیں میری زبان سے ادا کروائیں کہ بندہ آج تک حیران ہے۔ بہر حال بہن بڑی خوش ہوئی اور کہنے لگی میں ابھی مصلے پر بیٹھتی ہوں بندہ نے کہا بہت اچھا میں بھی دعا کرتا ہوں اس گفتگو کے دوران تقریباً 30 سے 40 منٹ لگ گئے۔

میرے مریض پہلو بدل رہے تھے اور عجیب نظروں سے مجھے دیکھ رہے تھے۔ ان کی طرف متوجہ ہوا اور ان سے معذرت کرتے ہوئے عرض کی کہ ایک جان کا مسئلہ تھا اور ساری بات مختصراً ان کو بتا کر ان سے دعاؤں کی درخواست کی دعا کریں کہ اس بہن کی آزمائش جلدی ختم ہو اور اللہ نے میری زبان سے جو الفاظ نکلوائے ہیں مجھے مکمل یقین ہے کہ ان کا کام بن جائے گا۔ چند دن انتظار میں کٹ گئے بندہ کا دل تو چاہا کہ خود ہی فون کر کے پوچھ لوں لیکن مناسب نہیں سمجھا چند دن کے بعد ان کا فون آیا کہنے لگی بھائی اللہ نے میرا ایسا کام بنایا کہ میں ہر دم اس کی شکرگزار رہوں جیسے ہی آپ نے اس دن مجھے سمجھایا میں نے وضو کیا اور آپ کے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق درود شریف پڑھتے ہوئے خوب رو رو کر دعا مانگی اور ساتھ ہی عہد کیا کہ میں مکان چھوڑ کر امی کے گھر نہیں جاؤں گی نہ ان کی منت سماجت کروں گی جیسے اللہ کو منظور ہوگا ہو جائے گا میں تو بس درود شریف پڑھتی رہونگی۔ دوسرے تیسرے روز میرے شوہر نے میرے بھائیوں سے رابطہ کر کے صلح کیلئے کوشش کی میرے بھائیوں نے ہم دونوں کو سمجھایا اور میری شرط صرف یہ تھی کہ جیسے خود گئے ہیں ایسے خود سے آجائیں میں سب کچھ بھلا دونگی بہر حال اس طرح وہ صاحب تشریف لے آئے اور ہماری زندگی میں سکون واطمینان کے بہاریں ہی بہاریں ہیں۔ آج جب کہ اس واقعے کو تقریباً دو سال ہو چکے ہیں درود شریف کی برکت سے ان میاں بیوی میں مثالی محبت والفت پیدا ہو چکی ہے۔

درود شریف سے روٹھے مان گئے

اکیڈمی میں بیٹھا ہوا تھا اور کسی کتاب کا مطالعہ کر رہا تھا۔ عبقری اکیڈمی گلی کی آخری دکان ہے اور یہ بند گلی ہے اس کے ساتھ سارا اردو بازار ہے اچانک کانوں میں عورت کی آواز پڑی جو موبائل پر باتیں کرتی ہوئی اسی گلی میں آکر رک گئی تھی تا کہ اطمینان سے باتیں کر سکے بندہ کتاب پڑھنے میں محو تھا لیکن جب اس خاتون کی آواز رونے میں بدلی تو بندہ چونک اٹھا اور ان کی باتیں سننے لگا بیٹا میں اپنی بیٹی کے گھر جانا چاہتی ہوں اس سے ملنا چاہتی ہوں ان سے ان کے بچوں سے پیار کرنا چاہتی ہوں لیکن داماد سے ڈر لگتا ہے وہ بیٹا بڑا ظالم ہے کسی کو اپنے گھر آنے نہیں دیتا خدا جانے میری بیٹی کو کیسے رکھتا ہوگا چلو ہمیں نہیں آنے دیتے نہ آنے دے اس کا گھر ہے لیکن میری بیٹی کو تو ملنے دے وہ تو کبھی اپنے ماں باپ کو اپنی صورت دکھا دے میں نے بڑی محبت سے ان کے بچوں کیلئے سامان لیا ہے کیسے بھجواؤں خود جاتی ہوں تو تب مسئلہ بنتا ہے کیا کروں بیٹی کی شادی کر دی ہے بیچ تو نہیں دیا کہ مل بھی نہ پائیں۔ بیٹا آپ کوئی طریقہ نکالیں وہ تو موبائل بھی گھر میں نہیں رکھتا ایسی اور اس جیسی باتیں کرتی جارہی تھی اور وقفے وقفے سے روتی جارہی تھی ان کی باتیں سن کر میں بڑا متاثر ہوا اور دکھ ہوا کہ بیچاری ماں ہے دیکھو کیسے تڑپ رہی ہے کتنی دکھی ہے دل میں کشمکش شروع ہوئی کہ ان کو کہوں باجی آپ فکر نہ کریں میں آپ کو ایک وظیفہ پڑھنے کو دیتا ہوں کہ جس سے آپ کا داماد ایسے بدلے گا کہ پھر کبھی نہ بدلے گا اور آپ کو اپنی ساس نہیں ماں کا مقام دے گا اور آپ جی بھر کر اپنی بیٹی سے' نواسے نواسیوں سے پیار کریں گی' آپ کی بیٹی آپ کی خوب خدمت کر کے اپنی دنیا وآخرت سنواریں گی لیکن میں نے سوچا پتہ نہیں یہ کیا سوچے' کہیں یہ نہ کہہ دے آپ کون ہوتے ہیں میرے معاملات میں پڑنے والے وغیرہ وغیرہ۔ تقریباً ایک ڈیڑھ گھنٹہ یہ بہن باتیں کر کے روتی ہوئی چلی گئی اور بندہ ان سے بولنے کی جرأت نہ کر سکا۔

باتیں یاد کرکے پچھتاوا ہوا

بعد میں جب وہ چلی گئی تو اس کی باتیں یاد کر کے پچھتاوا ہوا کہ کیوں نہ اس سے بات کر لی کیا ہوتا زیادہ سے زیادہ یہی ہوتا کہ جواب دے کر چلی جاتی لیکن دل پر بار تو نہ ہوتا کئی دن بعد جا کر دل سے یہ قصہ محو ہوا تقریباً ایک ماہ ہی گزرا تھا کہ میں جیسے ہی ظہر کی نماز پڑھ کر اکیڈمی کی طرف آیا تو دیکھا وہی بہن فون پر بات کرنے میں لگی ہوئی ہے اور وہی گزشتہ باتیں کر رہی تھی بندہ نے دل ہی دل میں دعا کی اور جب وہ جانے لگی تو میں نے انہیں آواز دی بہن اگر آپ برا نہ منائیں تو چند منٹ میری گزارشات سنیں تو مہربانی ہوگی۔

انہوں نے حیرت سے میری جانب دیکھا غالباً لفظ بہن پکارنے سے وہ مطمئن ہوئیں اور اندر اکیڈمی کی کرسی پر آکر بیٹھ گئیں بات کو آگے بڑھانے سے پہلے انہیں پانی کا گلاس پیش کیا جسے اس نے شکریہ کے ساتھ قبول کر لیا اس کے بعد بندہ نے عرض کی بہن پچھلے مہینے بھی آپ نے یہاں کھڑے ہو کر فون کیا تھا میں نے نہ چاہتے ہوئے بھی آپ کی گفتگو سنی اور آج بھی! اللہ آپ کی مشکلیں آسان فرمائے آپ ہماری بڑی بہن ہیں جیسے آپ کو دکھ ہے اسی طرح آپ کی گفتگو سن

کر مجھے بھی دکھ ہوا بہر حال آپ سے گزارش یہ ہے کہ اگر آپ چاہتی ہیں کہ آپ کے داماد آپ سے صلح کر لیں اور آپ کا ادب واحترام کریں آپ اپنی بیٹی کے پاس بلا روک ٹوک کے آئیں جائیں تو آپ کو ایک عمل بتاتا ہوں آپ اسے کامل توجہ اور یقین اور مستقل مزاجی سے کر لیں آپ کے سب غم دور ہو جائیں گے اور وہ ہے آقائے کائنات خاتم النبین حضرت محمد مصطفی احمد مجتبیٰ ﷺ کی ذات اقدس پر کثرت سے درود شریف پڑھنا۔ بہن جو مرد و عورت کثرت سے درود پڑھے اس کی برکت سے وہ لوگوں کی نگاہ میں محبوب بن جاتا ہے اور بہن یہ میں اپنی طرف سے نہیں کہہ رہا حضرت خضر علیہ السلام فرماتے ہیں جو شخص خاتم المرسلین والنبین ﷺ پر درود پڑھتا ہے اس کا دل نفاق سے ایسا دھل جاتا ہے جس طرح کپڑا پانی سے صاف ہو کر دھل جاتا ہے۔ تاجدار ختم نبوت ﷺ سے سنا آپ ﷺ نے فرمایا جو مومن مسلمان درود کثرت سے پڑھتا ہے لوگ اس سے محبت کرنے لگتے ہیں اگر چہ وہ لوگ اس سے متنفر ہی کیوں نہ ہوں اور لوگ اس وقت تک محبت نہیں کر سکتے جب تک کہ اللہ پاک کی نگاہ میں وہ محبوب نہ ہو جائے۔

مجھے شفاء کیسے ملی کے واقعات

اسی طرح اپنے چند واقعے درود کی برکات کے سنائے اور عبقری کے خاص نمبر مجھے شفاء کیسے ملی سے بھی چند واقعات اسے پڑھ کر سنائے بہر حال مطمئن ہوئیں اور دعائیں دیتے ہوئے کہا کہ ان واقعات کو سن کر دل بے قرار کو سکون ملا ہے اللہ آپ کو جزائے خیر عطا فرمائے میں آج ہی سے اس کو حرز جاں بنا لیتی ہوں دوبارہ اس طرف آنا ہوا تو آپ سے ملاقات کرونگی کچھ ہی عرصہ کے بعد یہ بہن اپنی اسی بیٹی کے ساتھ تشریف لائیں جن کی محبت وجدائی میں یہ بے قرار رہتی تھیں ڈھیروں دعائیں دینے کے بعد بتایا کہ آپ کے پاس سے جانے کے بعد میں نے اٹھتے بیٹھتے درود شریف پڑھنا شروع کر دیا' ان کے والد صاحب کافی دنوں سے بیمار تھے اچانک کی طبیعت بہت زیادہ خراب ہوگئی ہمارے کسی دور کی جاننے والی نے میرے داماد کو بتا دیا کہ آپ کے سسر کی طبیعت بہت زیادہ خراب ہے حالانکہ اس سے پہلے بھی ہم دونوں میاں بیوی کی کئی بار اتنی طبیعت خراب ہوئی کہ بچنے کی سب امیدیں ختم ہو چکی تھیں ان کو اطلاع دی میری بیٹی نے ان کے پاؤں پکڑے پڑوسیوں نے سمجھایا رشتہ دار دوست احباب نے سمجھایا لیکن نہ ہی یہ خود آیا' نہ ہی بیوی کو بھیجا۔ اب کی بار تو کمال ہو گیا اور مجھے سوفیصد یقین ہے کہ یہ درود شریف کی برکت سے ہوا جیسے ہی انہوں نے انہیں ان کے ابو کی بیماری کا بتایا۔ انہوں نے فوراً ٹیکسی کروائی اور بچوں کو لیکر گھر چلے آئے اور مزے کی بات کہ ان کے ابو ان کو اور ان کے بچوں کو دیکھ کر ایسے ٹھیک ہوئے جیسے کچھ ہوا ہی نہیں تھا۔ میرے داماد نے ان کے ابو سے معافی مانگی یہ دو دن ہمارے گھر رہے خوب ہنسی مذاق اور خوش رہے تیسرے دن میری بیٹی نے بھی واپسی کی تیاری کر لی کہ کل انہیں ڈیوٹی پر جانا ہے ساتھ لیکر جائیں گے لیکن جب صبح ہوئی تو کہنے لگے مجھے تو ڈیوٹی پر جانا ہے میں تو چلتا ہوں آپ یہیں امی کے پاس رہیں ابو کی خدمت کریں اگلے ہفتہ کو میں آؤں گا اور پھر چلیں گے ہم تو حیرت سے مرے جا رہے تھے بہر حال ان کی بیٹی نے بھی کم و بیش انہی لفظوں میں یہ کہانی سنائی' اس بیٹی نے بھی درود شریف پڑھنے کی اجازت چاہی بندے کو کیونکہ اپنے مرشد سے اجازت ہے اس لیے بڑی خوشی سے اجازت دیدی اس کے ساتھ درود پاک کا ادب یہ ہے کہ بدن اور کپڑے پاک صاف رکھے' بے وضو بھی درود شریف پڑھنا جائز ہے لیکن بہتر ہے کہ وضو سے پڑھیں تب تو نور علیٰ نور ہے۔ مستقل پڑھیں توجہ و دھیان کے ساتھ پڑھیں۔

درود شریف سے کام بن گیا

احقر نے کرائے کا مکان تبدیل کیا تو ایک پنکھا جو کہ دیوار کے ساتھ لگتا ہے احقر نے واشنگ مشین پر کھڑے ہو کر پنکھا لگانے کی کوشش کی اسی کوشش کے دوران گردن اوپر اٹھانے کی وجہ سے گردن میں درد تو ہونے لگا لیکن پنکھا نہیں لگا دوسری دفعہ میرے ایک دوست نے کوشش کی مگر اسے بھی کامیابی نہ ملی چند دنوں بعد ایک اور دوست جو مستری بھی ہیں انہوں نے ایک گھنٹہ کی کوشش سے پنکھا لگا دیا لیکن جب تاریں لگائیں تو کرنٹ نہیں تھا بجلی کا بورڈ کھول کر اپنے طور پر تاروں کو درست کیا لیکن پنکھا پھر بھی نہیں چلا مجبوراً پنکھے کو دوبارہ اتارا اسے نیچے چلا کر دیکھا تو پنکھا تو سہی تھا اوپر تاروں میں گڑبڑ تھی' انہوں نے اسے درست کیا اور پھر پنکھا لگانے کا مرحلہ پیش آیا لیکن بڑی کوشش کے باوجود نہ لگا تو تنگ آ کر کہنے لگے اسے آپ دیوار میں ہی لگوا لیں اللہ کی قدرت کہ میرے منہ سے نکل گیا کہ ٹھیک ہے آپ بھی درود شریف پڑھیں میں بھی پڑھتا ہوں اور آپ صرف ایک بار دوبارہ کوشش کریں لگ گیا تو ٹھیک ورنہ پھر دیوار پر ہی لگا دینا۔ انہوں نے درود شریف پڑھتے ہوئے پنکھے کو اٹھایا میں نے بھی درود شریف پڑھنا شروع کر دیا' اللہ کی شان کہ انہوں نے جیسے ہی ہک کے پاس پنکھے کے ڈنڈے کو رکھا اور کیل ڈالی تو یکدم کیل ایسے اندر چلی گئی جیسے کسی غیبی طاقت نے پکڑ کر اندر کر دی ہو' میرے یہ دوست بھی خوب ہنسے اور بندہ بھی۔ یہ ہے درود شریف کی برکت۔

مصیبتوں سے نجات

دو میاں بیوی مطب پر تشریف لائے میاں ہیپاٹائٹس سی کا مریض اور ان کی بیوی دل کی مریضہ انتہائی غریب اور مفلسی کے مارے ہوئے' جسم کا انگ انگ بیماریوں نے توڑ رکھا تھا' اولاد ہے اور وہ بھی نافرمان' ہر وقت آپس میں لڑتے رہتے ہیں ایک بیٹا شادی شدہ ہے وہ بھی بیوی کے کہنے پر ماں باپ سے نہیں بولتا' حالات سے اتنے دل گرفتہ کہ موت مانگنے پر مجبور۔ بندہ نے ان کے تفصیلی حالات بڑی توجہ اور دھیان سے سنے' بقول ہمارے مرشد حکیم محمد طارق محمود چغتائی صاحب کہ مریض دوا نہیں چاہتا تسلی چاہتا ہے' بے توجہی نہیں پیار کا مرہم چاہتا ہے' ہم نے اپنے مرشد سے یہی سیکھا ہے انسانیت کی جسمانی اور روحانی خدمت انہیں مایوسیوں کی دلدل سے نکال کر شاہراہ لَاتَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ پر لانا۔ بداعتدالیوں بداعمالیوں سے نکال کر راہ اعتدال پر لانا اعمال کی سکون افزاء پلا کر روح وجسم کو توانا کرنا یہی ہمارے مرشد کا مشن ہے یہی ان کی تحریک ہے یہی ان کی سیاست ہے یہی ان کی عبادت و ریاضت ہے اسی پیغام کو عاجز بندہ ان ہی کی دعاؤں سے مخلوق خدا تک پہنچا رہا ہے اور ان شاء اللہ مرتے دم تک اس کو فرض سمجھ کر کرتا رہے گا۔ بہر حال بندہ نے ان دونوں میاں بیوی کو خوب تسلی دی بیماریوں کے فضائل سنائے مصیبتوں پر آخرت میں ملنے والے اجر کی نوید سنائی اسی گفتگو کے دوران بندے نے ان دونوں کو آدھی آدھی چمچ جوہر شفاء مدینہ اور ایک چنے کے برابر ستر شفائیں گلاس پانی پر دم کر کے کھلا دیں اور عرض کی کہ اس کا اثر ابھی چند منٹ بعد آپ کو مل جائے گا۔ انشاء اللہ۔

سوفیصد یقین اور گارنٹی

بندے نے باتوں ہی باتوں نمازوں کا اور تلاوت کلام پاک کا پوچھا تو پتہ چلا کہ کبھی کبھار اور وہ بھی جمعہ کی نماز پڑھ لیتے ہیں بندہ نے انہیں عرض کی آپ نے اللہ والوں کو دیکھا ہوگا کہ اللہ والے اللہ کی رضا پر ہمیشہ خوش رہتے ہیں ان کے اوپر بڑے سے بڑا غم بھی آجائے تو تھوڑا بہت رنج ہوگا لیکن وہ غم ان کے اوپر مسلط نہیں ہوگا اور وہ غم ان کو بے چین اور بے تاب نہیں کرے گا کیونکہ انہوں نے اپنے مالک سے اپنا تعلق جوڑا ہوا ہے مخلوق کی طرف نگاہ نہیں ہے وہ مخلوق سے کچھ نہیں مانگتے جو کچھ مانگتے ہیں اللہ سے مانگتے ہیں اور اسی کا نتیجہ ہے

کہ وہ ہمیشہ سکون اورآرام اوراطمینان سے رہتے ہیں ان کو یہ مرتبہ و مقام اللہ کی عبادت نمازوں کی پابندی تلاوت کلام پاک کی پابندی' ذکرواذکار کی کثرت درودشریف کے پڑھنے کی برکت سے ملا ہے اگر آپ لوگ بھی چاہتے ہیں کہ آپ کی سب بیماریاں ختم ہوجائیں گھر میں امن وسکون ہو پیار ومحبت ہو' دل میں قرار ہوتو آپ صرف چار کام کرلیں سوفیصد یقین اور گارنٹی کے ساتھ کہتا ہوں کہ محض اللہ کے فضل وکرم سے آپ کے سب مسئلے حل ہوجائیں گے آپ کی سب مشکلیں آسان ہوجائیں گی۔ اپنے مرشد کے فیض سے یہ چار کام بندے نے جس کسی کو بتائے اوراس نے اس پر مستقل مزاجی سے عمل کیاتو وہ خوش وخرم اپنی مراد کو پہنچ گئے۔ نمبر 1۔فرض نمازوں کی پابندی' نمبر 2۔تلاوت کلام پاک کی پابندی چاہے ایک رکوع ہولیکن ہو بلاناغہ اور جتنا بھی پڑھیں جب بھی پڑھیں جس وقت بھی پڑھیں ساتھ ساتھ گلاس پانی پر دم بھی کرتے رہیں اور تلاوت کلام پاک کے آخر میں درود شریف ضرور بہ ضرور پڑھیں۔

نمبر 3۔سات بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پڑھ کر سات بار درودشریف ہر بسم اللہ کے ساتھ ایک بار درود شریف پڑھ کر برتن میں پانی رکھ کر دم کریں اوراسی پانی سے کھانا پکایا کریں آٹا گوندھیں اسی پانی سے چائے پکانی ہوتو اسی پانی سے غرض جس قسم کا بھی کھانا پکانا مقصود ہواس میں اسی پانی کو استعمال کریں اور جب بھی کھانا پکانا ہو اسی طرح دم کرکے کریں۔نمبر 4۔دن ہو چاہے رات کثرت سے اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے وضو بغیر وضو **صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد' صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد** درودشریف کثرت سے پڑھنا ہے پھر بندے نے درودشریف کے اپنے تجربات مشاہدات پر مبنی واقعات سنائے جس میں ایک واقعہ یہ بھی تھا کسی ملک میں ایک مالدار تاجر رہتا تھا اس کے دو بیٹے تھے ان کے انتقال کے بعد میراث میں ان کا مال آدھا آدھا تقسیم ہوگیا ان کی وراثت میں خاتم النبیین صلی اللہ علیہ وسلم کے تین بال مبارک بھی تھے ایک ایک دونوں نے لے لیا۔

بال مبارک کی تقسیم

تیسرے بال مبارک کے بارے میں بڑے بھائی نے کہا اسے بھی آدھا آدھا تقسیم کرلیتے ہیں چھوٹے بھائی نے تڑپ کر کہا نہیں جناب آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا بال مبارک توڑا نہیں جائے گا۔ بڑے بھائی نے کہا اچھا یہ بات ہے پھر تم تینوں بال مبارک لے لو اوراپنا سارا مال ہمیں دے دو چھوٹا بھائی اس پر خوشی خوشی تیار ہوگیا اس نے اپنا سارا مال اپنے بڑے بھائی کو دے دیا اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے بال مبارک لے لیے اب یہ کیا کرتا ان بال مبارک کو اپنی جیب میں رکھتا اور بار بار نکالتا ان کی زیارت کرتا اور درودشریف پڑھتا۔اللہ کی شان اس بات کو گزرے ہوئے تھوڑا ہی زمانہ گزرا کہ بڑے بھائی کا سارا مال ختم ہوگیا اور چھوٹا بھائی بہت بڑا مالدار بن گیا۔آپ بھی اسباب کو اختیار کرتے ہوئے درود شریف کثرت سے پڑھیں اس کی برکت سے سب مشکلات آسان ہوجائیں گی۔انہوں نے یقین دلایا کہ ہم آج ہی سے یہ چاروں کام شروع کردیتے ہیں بندہ نے طبیعت کا پوچھا تو دونوں نے بتایا کہ ہم دوائی کھاکر چلے گئے تین ماہ تک آتے جاتے رہے ہر دفعہ ایک نئی خوشخبری سناتے رہے آج الحمدللہ درودشریف کی برکت سے خوش ہیں۔اللہ نے سب مسئلے حل فرمادیئے کل جو بیٹا بولتا نہیں تھا اب فرمانبردار بن گیا ہے گھر کے لڑائی جھگڑے روز روز کی نئی بیماریوں سے جان چھوٹ گئی۔

نسیان کا علاج

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ جس کو نسیان اور بھول کا عارضہ لاحق ہو وہ خاتم النبیین صلی اللہ علیہ وسلم پر کثرت سے درود پڑھا کرے۔یہ مجرب عمل ہے بارہا اس کا تجربہ ہوا ہے ایک دفعہ احقر چابیاں گھر میں کہیں رکھ کر بھول گیا میری زوجہ محترمہ اور میں نے کافی تلاش کیں مگر نہ ملیں شک ہوا کہ بچوں نے کہیں رکھی ہونگی اور بچے مکتب جاچکے تھے بندہ کا مطب میں جانے کا ٹائم ہورہا تھا۔ زوجہ پریشان' بندہ کو یہ حدیث یاد آگئی۔درودشریف پڑھنا شروع کیا زوجہ جو ڈھونڈ ڈھونڈ کر تھک کر بیٹھ چکی تھی' دوبارہ تلاش کرنے کیلئے اٹھیں بندے نے عرض کی آپ ناشتہ کریں' میں نے درودشریف پڑھا ہے چابیاں مل جائیں گی' یہ کہتے ہوئے سوچنے کے انداز میں میں نے کمرے میں پڑے تکیہ کو اٹھایا تو اس کے نیچے چابیاں پڑی ہوئیں تھیں۔ حالانکہ درودشریف پڑھنے سے پہلے میں نے اس کمرے کو پورا چھان مارا تھا۔

اسی طرح ایک مرتبہ ایک دوست کا فون آیا کہ میں نے اپنے ضروری کاغذات گھر میں رکھے تھے اب ضرورت پڑی ہے تو مل نہیں رہے کئی بار گھر کے سامان کو الٹ پلٹ کے دیکھ لیا ہے بندہ نے انہیں تسلی دی اورعرض کی کہ درودشریف پڑھتے ہوئے دوبارہ تلاش کریں ان کا دس منٹ بعد ہی خوشی سے بھرپور آواز کے ساتھ فون آیا کہ جیسے ہی میں نے درودشریف پڑھ کر الماری کو ہاتھ لگایا کاغذات سامنے ایسے رکھے ہوئے تھے جیسے ابھی ابھی کسی نے نہایت سلیقے اوراحتیاط کے ساتھ رکھے ہوں بہرحال ایسے کئی واقعات ہیں یکساں ہونے کی وجہ سے چھوڑتا ہوں۔

بدنامی سے بچ گئے

ایک صاحب عبقری اکیڈمی میں تشریف لائے جو کہ عبقری کے پرانے قاری ہیں ان سے جب بندے نے عرض کی آپ اپنے تجربات ومشاہدات عبقری میں لکھ کر بھیجیں یا مجھے سنائیں میں لکھتا ہوں انہوں نے ایک واقعہ سنایا جو کہ پیش خدمت ہے:۔

ہمارے خاندان کے ایک شریف اور مالدار ایک شخص نے اپنی بیٹی کی شادی اپنی برادری سے باہر دوسری برادری میں کی جہیز میں لاکھوں روپے کا سامان دیا کئی تولہ سونا چڑھایا تقریباً 50 لاکھ روپے اس نے بیٹی کی شادی پر خرچ کردیئے جن کے ہاں بچی کی شادی ہوئی وہ بڑے لالچی اور بے دین لوگ تھے رشتہ لینے سے پہلے بڑے اخلاق اوراچھے انداز میں ملا کرتے تھے شادی کے چند ہی مہینوں بعد گھر کے ہرفرد نے اس میں کیڑے نکالنا شروع کردیئے شوہر نے تو ایک مرتبہ صاف صاف کہہ دیا کہ میں نے شادی آپ سے نہیں کی آپ کے مال ودولت سے کی ہے اور میں تو کسی دوسری لڑکی کو پسند کرتا ہوں۔لڑکی شریف والدین کی شریف بچی تھی ایسی اور اس جیسی باتوں کو صبر سے برداشت کرتی رہی۔

کبھی اپنے گھر والوں کو کسی قسم کی کوئی شکایت نہیں کی ایک دن یہ اپنے والدین سے ملنے کیلئے آئی ہوئی تھی صبح یہ آئیں تھی شام کو ان کی ساس کا فون آیا جو کہ ان کی والدہ نے رسیو کیا' نہ دعا نہ سلام چھوٹتے ہی بولی کہ مدیحہ کہاں ہے؟' پوچھا خیریت؟ باورچی خانے میں ہے۔وہ میرے بیٹے کے ساتھ بہت بری طرح لڑائی کرکے اور سارے زیورات لے کر گئی ہے ایسی ویسی لڑکی کو ہم نہیں رکھتے' ہم نے بڑا صبر کیا اب پانی سر سے گزر چکا ہے' میرا لڑکا بھی اسے طلاق دینا چاہتا ہے لیکن میں نہیں چاہتی کہ کسی کی بیٹی کا گھر برباد ہو' آپ انہیں زیوروں سمیت بھیج دیں اوران سے کہیں کہ اپنے شوہر سے بھی معافی مانگے' بچی کی ماں تو حیران اور پریشان یہ کیا شدت غم اور رنج سے ان کی منہ سے آواز ہی نہ نکل سکی' جیسے ہی ان کا فون بند ہوا یہ تو رونے لگ گئی رونے کی آواز سن کر سب گھر والے جمع ہوگئے اب سب پوچھ رہے ہیں کیا ہوا؟ اور یہ روئے جارہی ہے روتے روتے بے ہوش ہوگئی گھر والے جلدی سے ہسپتال لے گئے ڈاکٹروں نے بتایا کہ انہیں کوئی شدید قسم کا ذہنی صدمہ پہنچا ہے دوسرے دن اسے ہوش آیا ہوش میں آتے ہی اس نے مدیحہ کا پوچھا مدیحہ ان کی بیٹی پاس ہی بیٹھی تھی امی جان کہہ کر ان سے لپٹ گئیں۔

ان کی ماں نے ساری بات بتا کر پوچھا بیٹا کیا بات ہے کیا تم

اپنے شوہر سے لڑکر آئی ہو؟ اور زیورات بھی سارے اپنے ساتھ لیکر آئی ہو' ان کی بیٹی مدیحہ نے حیران ہوتے ہوئے کہا نہیں امی ایسی کوئی بات نہیں ہے اور سارے زیوات ان کے گھر ہی میں ہیں میں تو صرف بالیاں پہنتی ہوں' آپ کو تو پتہ ہی ہے کہ مجھے اتنے سارے زیورات اچھے نہیں لگتے میں کسی شادی بیاہ میں پہن لیتی ہوں بہر حال اس ساری صورتحال سے یہ سب بہت پریشان ہوئے ایک مشورہ ہوا کہ ان سے جاکر بات کرتے ہیں برادری کے چند معززان کے گھر گئے انہوں نے تو ملنے سے بھی انکار کردیا اور کہا کہ اب ہمارا ان کا کوئی واسطہ نہیں ہے ہم نے تھانے میں زیورات چوری کی رپورٹ درج کروادی ہے۔ طلاق کے کاغذات تیار ہورہے ہیں آپ چلے جائیں آپ کے گھر طلاق نامہ مل جائے گا اس بات پر برادری کے لوگ مشتعل ہوگئے اور خوب لڑائی ہوئی محلہ کے لوگوں نے بیچ بچاؤ کروایا اگلے دن پولیس تفتیش کیلئے آگئی باہمی مشورے سے ہم نے مدیحہ کو پہلے ہی ان کے ماموں کے گھر بھیج دیا تھا پولیس مدیحہ کے بھائیوں کو پکڑ کر لے گئی بڑی مشکل سے ان کی ضمانت کروائی چند ہی روز بعد مدیحہ کو طلاق ہوگئی اس صورتحال میں ان کے گھر والوں پر جو گزری ہوگی وہ ظاہر ہے ان کیلئے تو دنیا تنگ ہوگئی بہر حال پوری برادری میں ان کی شرافت کی وجہ سے ان کی نیک نامی کی وجہ سے عزت واحترام پایا جاتا تھا سب برادری والوں نے ان کی حوصلہ افزائی کی اور اپنے ہر قسم کے تعاون کا یقین دلایا لیکن ان کے سب گھر والوں نے یہی کہا کہ جب ہماری بیٹی کا گھر ہی برباد ہوگیا تو دولت لیکر ہم کیا کریں گے ہم نے اپنا معاملہ اللہ پر چھوڑ دیا۔

خاص ذکر کی کرامت

مدیحہ کے والد صاحب حضرت مولانا ڈاکٹر عبدالحئی عارفی رحمۃ اللہ علیہ سے بیعت تھے پے در پے پریشانیوں کی وجہ سے یہ عارفی صاحب کی خدمت میں حاضر نہ ہوسکے ایک دن ان کے دل میں خیال پیدا ہوا کہ حضرت کے پاس جاکر ساری صورت حال بتاکر دعا کروا کر آؤں یہ سوچ کر وہ حضرت کی خدمت میں حاضر ہوئے اور ساری کہانی سنائی عارفی صاحب نے انہیں خوب تسلی دی اور فرمایا کہ اللہ بہتر کرے گا آپ پریشان نہ ہوں سب سہی ہوجائے گا آپ وظیفے کے طور پر کثرت سے درود شریف پڑھیں اور عجیب کیفیت میں ڈوب کر فرمایا کہ ایک جماعت نے آکر تاجدار ختم نبوت ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوکر شکایت کی کہ اس شخص نے ہمارا اونٹ چرایا ہے تاجدار ختم نبوت ﷺ نے اس شخص کا ہاتھ کاٹنے کا حکم دیا تو اچانک اس اونٹ نے جس کے متعلق چوری الزام تھا چیخنا چلانا شروع کیا یعنی کہ اس کا ہاتھ مت کاٹیے پوچھا کیا بات ہے جو اونٹ اس طرح چیخ کر ہاتھ نہ کاٹنے کا اشارہ کررہا ہے اس شخص نے جواب دیا کہ یہ درود پاک کی برکت ہے میں ہر روز ایک سومرتبہ درود پڑھتا ہوں تاجدار ختم نبوت ﷺ نے ارشاد فرمایا اس کی وجہ سے تم دنیا کی رسوائی اور آخرت کے عذاب سے بچ گئے۔ بھائی آپ کے سب گھر والے چھوٹے بڑے عورتیں مرد سب کثرت سے درود شریف پڑھیں میرا اللہ کرم کردے گا۔

حضرت عارفی رحمۃ اللہ علیہ کے فرمان کے مطابق ان کے سب گھر والوں نے درود شریف پڑھنا شروع کردیا اسی دوران کیس چلتا رہا یہ پیشیوں پر بھی آتے جاتے درود شریف پڑھتے اسی چکر کو چلے ہوئے چند ماہ ہی ہوئے تھے ایک دن اخبار میں یہ دیکھا کہ خبر شائع ہوئی کہ دو شخص حیدر آباد میں سونار کی دکان پر سونا فروخت کرنے کیلئے گئے سچے انسان کے چہرے پر جو اطمینان وسکون ہوتا ہے وہ جھوٹے کے چہرے پر کہاں' سنار نے لاکھوں روپے مالیت کے بالکل نئے بنے ہوئے زیورات کے بارے میں پوچھا کہ آپ نے یہ کب اور کہاں سے بنوائے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ آج سے دس سال پہلے ہم نے کراچی سے لیے تھے۔

پانسہ ہی پلٹ گیا

سنار نے کہا کہ یہ دس سال کے بنے ہوئے نہیں لگتے رسید کہاں ہے انہوں نے گھبراہٹ میں جواب دیا کہ گم ہوگئی سنار نے پوچھا آپ کہاں کے رہنے والے ہیں انہوں نے کہا کراچی کے' سنار نے کہا کہ کراچی کی مارکیٹ تو بہت بڑی ہے' ریٹ بھی اچھے دے دیتے ہیں' آپ نے وہاں کیوں نہیں دیئے' اتنی دور تکلیف اٹھا کر کیوں آئے ان باتوں کا وہ کوئی تسلی بخش جواب نہ دے سکے۔ سنار نے اپنے ملازم لڑکے کو چائے لانے کے بہانے پولیس کو اطلاع دینے کا اشارہ کردیا اس دوران سنار نے انہیں باتوں میں لگائے رکھا پولیس آئی اور انہیں گرفتار کرکے لے گئی۔ پولیس نے جب اپنے روایتی انداز میں تفتیش کی تو انہوں نے سب کچھ بتادیا۔ دوسرے روز حیدرآباد سے کراچی کی پولیس آکر انہیں لے گئی اس طرح اس کیس کا پانسہ ہی پلٹ گیا۔ پولیس نے انہیں مکمل زیورات واپس کیے جہیز کا دیگر سامان بھی گھر سے نکلوایا اور اس طرح یہ ذلیل خوار ہوئے اور کئی سال جیل میں رہنے کے بعد ان کی جان چھوٹی اس سارے عرصے میں ویسے بھی پوری برادری کی ہمدردیاں ان کے ساتھ تھیں لیکن پھر بھی چند ایک دبے دبے لفظوں میں تھوڑا سا شک کا اظہار کرتے تھے کہ واقعی مدیحہ نے ہی زیورات نہ اڑائے ہوں' لیکن ان کی گرفتاری اور زیورات کی برآمدگی سے ان کے ذہن بھی صاف ہوئے اور برادری کے ہی ایک نوجوان نے مدیحہ سے نکاح کا ارادہ ظاہر کرلیا اور سب برادری کی رضامندی سے ان کا نکاح ہوگیا آج سالہا سال گزر گئے ہیں ان کے بچے جوان ہوگئے ان کی شادیاں ہوگئیں درود شریف کی برکت سے آج ان کا پورا خاندان خوش وخرم ہے۔

درود شریف سے طبیعت ٹھیک ہوگئی

چند سال پہلے کا ذکر ہے مسلسل بے آرامی سے بندے کی طبیعت ٹھیک نہیں تھی اور مارکیٹ بھی جانا ضروری تھا اس لیے مجبوراً مجھے مارکیٹ جانا پڑا مختلف جگہوں سے خریداری کرتے وقت طبیعت مزید خراب ہوگئی رکشہ لیکر گھر آیا جسم تھکن سے چور چور تھا جسم کے جوڑ جوڑ سے درد کی ٹیسیں اٹھ رہی تھی' بہت مشکل سے نماز ظہر ادا کی' کھانا کھایا اور سوچا کہ آج مطب کی چھٹی کرتا ہوں' آرام کرلیتا ہوں' یہ سوچ کر سونے کیلئے لیٹا ہی تھا کہ موبائل کی گھنٹی بجی نمبر دیکھا تو وہ نمبر میرے دوست میرے بھائی میرے محسن جناب حافظ عبدالشکور حقانی کے بھائی عبدالرزاق کا تھا جیسے ہی فون کان سے لگا تو رونے کی آواز آئی بندے نے دھڑکتے دل کے ساتھ سلام کیا اور عرض کی بھائی خیریت تو ہے انہوں نے روتے ہوئے بتایا کہ حافظ عبدالشکور کی بیوی کا انتقال ہوگیا بندہ تو ہکا بکا رہ گیا انا للہ پڑھی اور پریشانی سے اٹھ کھڑا ہوا بھائی کی بیوی مہمانوں کی خدمت گزار اور صوم صلوٰۃ کی پابند تھی' ان کے چھوٹے چھوٹے بچے ہیں۔

ابھی ان کا فون سن کر بے یقینی کی سی کیفیت میں تھا کہ دیگر حضرات کے فون آنے لگے تب جاکر یقین ہوا میری نظروں کے سامنے معصوم بچوں کے چہرے گھوم رہے تھے اور آنکھوں سے اشک جاری تھے یہ خبر سن کر جانے کیلئے کھڑا ہوگیا۔ بیوی نے کہا کہ آپ کی طبیعت خراب ہے آپ کیسے جائیں گے میں نے عرض کی اللہ مالک ہے آپ دعا کریں بندے نے

مسنون دعائیں پڑھ کر درود شریف پڑھنا شروع کر دیا۔ کل ان کا نماز جنازہ تھا اور دوسرے روز عید تھی بندہ جب ریلوے اسٹیشن پہنچا تو دیکھا کہ پورا پلیٹ فارم کھچا کھچ سواریوں سے بھرا ہوا ہے ٹکٹ خریدنے والوں کی لمبی لمبی قطاریں لگی ہوئی ہیں بندے نے جیسے تیسے کرکے ٹکٹ لیا اور جب ٹرین کی جانب آیا تو دیکھا کہ ٹرین آدمیوں سے ایسے بھری ہوئی ہے جیسے بھیڑ بکریوں سے ٹرک بھرا جاتا ہے۔

ٹرین کی لیٹرینوں کے دروازے تک میں لوگ کھڑے ہیں جس کی سیٹیں بک ہیں وہ بھی بے بسی سے پھنسے کھڑے ہیں عورتوں بچوں کا برا حال ہے۔ بہرحال بندہ نے درود شریف کا ورد شروع کیا اور ایک ڈبے میں قدم آگے بڑھا دیا بڑی مشکل سے پھنس پھنسا کر کھڑا ہو گیا کئی لوگوں نے ناگواری سے دیکھا کئی نے مختلف باتیں کی لیکن بندہ خاموشی سے درود شریف پڑھتا رہا جب ٹرین چلی تو مزید لوگ دیگر لوگوں کو دھکیلتے ہوئے سوار ہوئے کئی گھنٹے لیٹ ٹرین بھریا روڈ آ کر رکی بندہ نے فون پر معلوم کیا پتہ چلا کہ نماز جنازہ ہو چکا ہے اور ابھی قبرستان میں ہی ہیں بندہ وہیں سے قبرستان چلا آیا بہرحال شام تک ان کے ساتھ رہا چھوٹے معصوم بچوں کو دیکھ کر کلیجہ منہ کو آرہا تھا۔ اللہ کے راز اللہ ہی جانے رات کو بندہ نے واپسی کا عزم کیا اور اگلے دن صبح کو کراچی واپس پہنچ گیا اور عید کی نماز عید گاہ میں جا کر ادا کی اس طرح کہاں تو طبیعت اتنی خراب تھی کہ اٹھ کر مطب پر جانے کی ہمت نہیں ہو رہی تھی اور کہاں درود شریف کی برکت سے یہ ہوا کہ بندہ مسلسل سفر میں رہنے کے بعد بخیر و عافیت سے واپس بھی آ گیا کسی قسم کی بھی کوئی تکلیف نہیں ہوئی۔ **صلی اللہ علی محمد۔**

ذکر کی برکت سے عزت بچ گئی

ایک خاتون مطب پر تشریف لائی اس خاتون نے درود شریف کے حوالے سے دو واقعات سنائے جو خود اس کے ساتھ پیش آئے۔ درج ذیل ہیں

''میں ایک روز گھر کے حالات سے اتنی برگشتہ ہوئی کہ میں نے اپنی زندگی کو ختم کرنے کا فیصلہ کرلیا اور خودکشی کے ارادے سے گھر سے نکل کھڑی ہوئی جب میں اپنی منتخب شدہ جگہ پر آئی کہ جہاں مجھے خودکشی کرنا تھی تو اچانک میرا ضمیر جاگ اٹھا اور میرے ذہن میں آیا کہ خودکشی تو حرام ہے اور میرے کانوں میں مدتوں پہلے کہیں پڑھی ہوئی حدیث یاد آ گئی کہ دنیا میں جو جس طریقے سے خودکشی کرے گا اسے قیامت تک اسی طرح سے عذاب دیا جائے گا۔ (مفہوم) جیسے ہی میرے دل و دماغ میں یہ بات آئی میں نے خودکشی کا ارادہ ترک کر دیا لیکن کیونکہ گھر والوں کا رویہ مجھ سے اتنا گھٹیا اور خراب تھا کہ میں لفظوں میں بیان نہیں کر سکتی اس لیے میں گھر واپس جانا نہیں چاہتی تھی اس کا حل میں نے یہ سوچا کہ میں کسی ویران بیاباں جگہ پر جا کر کھڑی ہو جاتی ہوں جب اوباش قسم کے لوگ دیکھیں گے کہ ایک لڑکی تنہا کھڑی ہے تو وہ مجھے گھیر لیں گے میں مزاحمت کرونگی نتیجے کے طور پر وہ مجھے مار دینگے اور میں مر جاؤں گی میرے سر خودکشی کا گناہ بھی نہیں ہوگا چنانچہ میں نے ایسے ہی کیا ایک ویران جگہ پر جا کر کھڑی ہو گئی تھوڑی ہی دیر گزری تھی کہ چند نوجوان جو چہرے ہی سے عادی مجرم اور بدمعاش نظر آرہے تھے اپنی جانب آتے ہوئے نظر آئے جو چاروں طرف چور نظروں سے دیکھ رہے تھے شاید وہ یہ اطمینان کرنا چاہتے تھے کہ یہ اکیلی ہے یا اس کے ساتھ کوئی اور بھی ہے جیسے ہی وہ میرے قریب آنے لگے میں خوف سے لرزنے لگی اور میں محسوس کر رہی تھی کہ میں کسی قسم کی مزاحمت نہیں کر سکوں گی (خوف کی وجہ سے) اور یہ میری آسانی کے ساتھ عزت لوٹ کر چلے جائیں گے اور میں ذلت کی ایسی گھاٹی میں جا پڑونگی اور کبھی اپنا سر نہیں اٹھا سکوں گی' ساری زندگی ذلت کا یہ داغ میرے چہرے پر رہے گا' بس جیسے ہی یہ بدمعاش میرے قریب آئے اللہ کا کرم ہوا خدا جانے کس کی دعا کونسی نیکی میرے کام آ گئی بے اختیار میری زبان نے درود شریف پڑھنا شروع کر دیا۔

میں نے چند بار ہی درود شریف پڑھا تھا اور ان کے میرے قریب آنے میں چند قدم کا فاصلہ ہی بچا تھا کہ یکدم بڑی تیز رفتاری سے گاڑی کے بریک لگنے کی آواز میرے کانوں سے ٹکرائی اور فوراً ہی میرے حواس بحال ہوئے میں نے دیکھا کہ بالکل میرے قریب ہی ایک وین کھڑی ہے میں جلدی سے اس میں بیٹھ گئی اس کا دروازہ پہلے سے ہی کھلا ہوا تھا جیسے ہی میں وین میں بیٹھی وین فوراً ہی سٹارٹ ہوئی اور بڑی تیز رفتاری کے ساتھ آگے بھاگتی چلی گئی جب میں پوری طرح اپنے ہوش و حواس میں آئی تو میں نے دیکھا کہ وہ ہمارے محلّے کے سکول کی وین ہے اور اس کے ڈرائیور نے سارے راستے خاموشی اختیار کیے رکھی میرے گھر کے قریب مجھے اتار کر آگے چل دیا اور اس طرح میں درود شریف کی برکت سے بخیر و عافیت سے واپس اپنے گھر آ گئی۔

دوسرا واقعہ اس طرح پیش آیا کہ میری جس جگہ ملازمت تھی وہاں کے ایک ملازم جو عہدے میں مجھ سے سینئر تھے وہ مجھ سے شادی کرنا چاہتے تھے لیکن اللہ جانے کیوں اسے دیکھ کر مجھے کچھ کچھ کراہت سی ہوتی تھی جس کی وجہ بظاہر مجھے کوئی نظر نہیں آتی تھی بس میرا دل کہتا تھا کہ یہ شخص جیسا نظر آتا ہے ویسا نہیں ہے یعنی کے اندر سے ایسا نہیں جیسا اس کا ظاہر ہے اس لیے میری اس سے گفتگو سلام دعا تک ہی محدود رہی جب گھر کے حالات میرے لیے بدتر ہو گئے تو میں نے سوچا کہ ٹھیک ہے اگر یہ شخص اپنے والدین کو ہمارے گھر رشتے کیلئے بھیجتا ہے تو میں انکار نہیں کروں گی کم از کم اس تکلیف دہ ماحول سے تو نجات ملے گی کہ جس میں ہر ایک اپنے حال میں مگن ہے' کوئی کسی کا خیال نہیں رکھتا' نفسا نفسی کا عالم ہے جس نے مجھے نفسیاتی مریض بنا دیا ہے' بہن بھائی بھی مجھے نفسیاتی مریض سمجھتے ہیں جس کی وجہ میرا پردہ کرنا' ٹی وی نہ دیکھنا' برادری کی رسم و رواج میں ان کا ساتھ نہ دینا ہے' بہرحال اس نے کسی کی معرفت مجھے نکاح کی پیشکش کی۔ میں نے انہیں اپنے گھر اپنے والدین کو بھیجنے کا پیغام پہنچا دیا' اسی دوران میں نے اپنی ایک قابل اعتماد سہیلی کی یہ ڈیوٹی لگائی کہ ان صاحب کا معلوم کریں کہ یہ کون ہیں اور کہاں رہتے ہیں۔ میری اس سہیلی نے اپنے والد صاحب کو میرے تمام حالات بتا کر ان سے مدد کی درخواست کی اور آفس میں بلوایا ان صاحب سے تعارف بھی کروایا جس دن انہوں نے رشتے کیلئے ہمارے گھر آنا تھا اس سے ایک ہفتہ قبل میری سہیلی کے والد ان صاحب کے محلے میں اپنے کسی دوست سے ملنے کیلئے گئے (انہیں اس وقت یہ معلوم نہیں تھا کہ یہ اسی محلے میں رہتے ہیں) یہ اپنے دوست کے انتظار میں اسی محلے کی ایک پرچون کی دکان پر بیٹھے تھے کہ اچانک ان کی نظر سامنے ایک گھر سے نکلتے ہوئے ان صاحب پر پڑی انہوں نے اس پرچون والے سے کہا کہ یہ صاحب جو سامنے گھر سے نکل کر جا رہے ہیں کون ہیں کیا آپ انہیں جانتے ہیں اور یہ گھر کن کا ہے جہاں سے یہ نکلے ہیں۔

منصوبہ ناکام ہو گیا

دکاندار نے نفرت سے ان کی جانب دیکھتے ہوئے کہا کہ جناب یہ مرتد (قادیانی) ہے اور یہ ان کا اپنا گھر ہے اس میں یہ اپنے بیوی بچوں کے ساتھ رہتا ہے میری سہیلی کے والد نے گھر آ کر اپنی بیٹی کو یہ بات بتائی انہوں نے مجھے فون کر کے بتایا جس سے جہاں مجھے صدمہ ہوا وہیں مجھے اس کی اصلیت جان کر خوشی بھی ہوئی کہ اللہ رب العزت نے مجھے یہاں سے بچا لیا۔ اگلے دن آفس جا کر میں نے جس کی معرفت وہ بات کرنا تھا اسے خوب سنائیں کہ مرتد ہو کر اس کی یہ جرأت کے مسلمان سے دھوکہ دہی سے شادی کرنے کے خواب دیکھے مجھے تو شروع ہی سے اس کی شکل سے نفرت تھی وغیرہ وغیرہ

اس نے انہیں ساری بات بتادی ان کو جب اپنا منصوبہ بنا کام ہوتا نظر آیا تو یہ انتقام پر اتر آئے اور انہوں نے باہر سے ایک شخص کو بلا کر لائبریری میں بٹھا دیا یہ ان صاحب کا گہرا دوست تھا اور شاید ہم مذہب بھی یہ شخص بلاوجہ مجھے ڈانٹ دیتا' بے عزتی کر دیتا اور میری تھوڑی سی بات کو لیکر پورے عملے کے سامنے میری بے عزتی کرتا اور زور زور سے بولتا جس سے اس کا مقصد یہ تھا کہ یہ بھی جواب دے گی تو میں اسے آفس سے نکال دوں گا میں مجبور تھی گھر والے میرا خرچہ نہیں اٹھاتے تھے (کیونکہ میں ایک طلاق یافتہ تھی) اور مجھے یہ اپنے لیے ایک بوجھ سمجھتے تھے اس لیے میں صبر سے یہ سب کچھ برداشت کرتی رہی لیکن ایک دن یہ صبر کا پیالہ چھلک پڑا میں جیسے ہی آفس گئی مجھے دیکھتے ہی اس نے بری طرح سے چیخنا چلانا شروع کر دیا اور فحش گالیاں دیں میں نے انہیں بھی خوب آڑے ہاتھوں لیا اور ان صاحب کو بھی ان کے کمرے میں جا کر خوب سنائیں اور کہا کہ دیکھتی ہوں اب اس آفس میں آپ رہتے ہیں یا میں رہتی ہوں۔

اگلے دن ان دونوں نے فیصلہ کر کے میرا تبادلہ دور کسی دوسری جگہ کر دیا جسے میں نے ان سے نجات ملنے کی وجہ سے قبول کر لیا اگرچہ مجھے آنے جانے میں بڑی پریشانی ہوتی تھی بہرحال میرا کچھ سامان میرے سابقہ دفتر میں پڑا ہوا تھا۔

ایک دن میں چھٹی کر کے سابقہ آفس اپنا سامان لینے کیلئے گئی تو اس دن اکثر عملہ غیر حاضر تھا جس کا مجھے شدت سے احساس ہوا میں جیسے ہی دفتر کے اس کمرے میں داخل ہوئی تو دیکھا کہ اس کمرے میں وہ (مرتد) اور اس کا ساتھی بیٹھے ہیں جیسے ہی ان کی مجھ پر نظر پڑی وہ میری خوشامد پر اتر آئے اور مجھ سے اپنی زیادتیوں کی معافی مانگنے لگے' میری طبیعت ان کو دیکھ کر خراب ہونے لگی' میں نے ان کی کسی بات کا کوئی جواب نہیں دیا اور اپنے آنے کا مقصد بتایا۔ ایک نے مجھے بیٹھنے کا کہا اور کہا کہ ابھی آپ کا سامان آپ کو لا کر دیتا ہوں آپ کا سامان ہم نے دوسری جگہ محفوظ رکھا ہوا ہے' یہ کہہ وہ دروازے کی طرف بڑھا' میں نے خطرے کو بھانپتے ہوئے کہا کہ میں آپ کے ساتھ چلتی ہوں جہاں آپ نے سامان رکھا ہوا ہے اور اس کے پیچھے چلنے لگی لیکن یہ کیا اس نے بھاگ کر کمرے کا دروازہ بند کر کے کنڈی لگا دی' یہ دونوں ہنسنے لگے میں نے چیخنا چلانا شروع کر دیا مجھے بعد میں پتہ چلا کہ یہ کمرہ ایسا تھا کہ جس سے آواز باہر نہیں جاتی تھی۔ ان میں سے ایک دروازے پر لگ کر کھڑا ہو گیا' دوسرا بدمعاش میری طرف بڑھا' میں نے دل ہی دل میں درود شریف پڑھنا شروع کر دیا اور لپک کر حملے کی نیت سے دروازے کی طرف بڑھی واللہ میں نہیں جانتی کیسے دروازہ کھلا اس شخص کا کیا ہوا جو دروازے پر جم کر کھڑا تھا میں آرام کے ساتھ دروازے سے نکلتی چلی گئی اور گھر آ کر دم لیا۔

میں آج تک حیران ہوں کہ یہ کیسے ہوا (یہ درود شریف کا کمال تھا) اللہ کی شان بہت عرصہ بعد مجھے پتہ چلا کہ میرے اس واقعہ کے بعد ان کی آپس میں لڑائی ہو گئی اور ایسی ہوئی کہ ان کو اپنی نوکری سے ہاتھ دھونے پڑے جو مجھے **ذلیل** و رسوا کرنا چاہتے تھے اللہ پاک نے انہیں **ذلیل** و رسوا کر دیا۔

ہچکی سے نجات پائیں

ایک مرتبہ ایک بڑی عمر کے صاحب مطب پر تشریف لائے جن کا ہچکیوں نے برا حال کر رکھا تھا ہچکی پر ہچکی آ رہی تھی انہوں نے ہچکیوں کے درمیان بتایا کہ کئی دن ہو گئے ہیں بہت ادویات لی ہیں لیکن ہچکی بند نہیں ہو رہی جس کی وجہ سے میرا دن رات کا سکون برباد ہو گیا ہے بندے نے انہیں فوراً کہا کہ آپ درود شریف پڑھیں ابھی آپ کی ہچکی بند ہو جائے گی۔ انہوں نے محبت سے درود شریف پڑھنا شروع کیا اللہ کی شان فوراً ہی ان کی ہچکی بند ہو گئی میں نے انہیں عرض کی کہ جتنے دن آپ کو یہ بیماری لگی رہی ہے اتنے ہی دن آپ درود شریف پڑھیں۔ یہ صاحب خوشی خوشی واپس تشریف لے گئے اور اگلے دن خاص شکریہ ادا کرنے آئے بندے نے انہیں عرض کی یہ سب درود شریف کا کمال ہے۔

اسی طرح ایک حافظ مسجد میں ملے کہنے لگے حکیم صاحب کئی دنوں سے ہچکی لگی ہوئی ہے کوئی علاج بتائیں میں نے عرض کی درود شریف پڑھیں یہی اس کا علاج ہے۔ انہوں نے درود شریف پڑھا ہچکی بند ہو گئی ایسے کئی واقعات ہیں ایک جیسے ہونے کی وجہ سے چھوڑتا ہوں۔

ناکام زندگی سنور گئی

ہمارے علاقے کے ایک بزرگ ابراہیم نامی تشریف لائے کہنے لگے کہ مجھے شدید قسم کی کھانسی ہے سانس کی تنگی اور گلا خراب ہے' کمر اور ٹانگوں میں بے پناہ درد ہے اور میں چند دن بعد عمرے پر بھی جا رہا ہوں آپ کوئی ایسی ادویات دیں کہ میں صحیح ہو جاؤں تا کہ عمرے کے جو ارکان ہیں میں انہیں صحیح طرح ادا کرنے کے قابل ہو جاؤں' بندے نے انہیں خوب خوب تسلی دی اور جوہر شفاء مدینہ اور بنفشی قہوہ کمر جوڑوں کے درد کی ادویات دیں اور کثرت سے درود شریف پڑھنے کیلئے عرض کی۔ فرمانے لگے درود شریف کی برکات کا میں نے جو اپنی زندگی میں مشاہدات دیکھے ہیں وہ میں عمرہ سے واپسی پر بتاؤں گا' ابھی طبیعت شدید خراب ہے ادویات کی قیمت پوچھی تو بندے نے (دعاؤں کے لالچ میں آ کر) کہا کہ یہ آپ کو ہدیہ ہے بس آپ تاجدار ختم نبوت ﷺ کے حضور روضہ رسول ﷺ پر میری طرف سے سلام عرض کرنا اور میرے لیے اور میرے بچوں کیلئے دعا کرنا۔ یہ بزرگ دعائیں دیتے ہوئے رخصت ہوئے' بندے نے بڑی شدت سے ان کی واپسی کا انتظار کیا۔ خدا خدا کر کے ایک دن انتظار کی گھڑیاں ختم ہوئیں یہ تشریف لائے آب زم زم اور کھجوروں کا نایاب ہدیہ لیکر۔ ان سے دیار حبیب ﷺ کے پرکیف منظر کا پوچھا تو انہوں نے محبت کے اک عجیب انداز پرنم آنکھوں سے وہاں کی جو باتیں بتائیں قلم میں وہ طاقت کہاں جو لکھ سکے۔ فرمانے لگے کہ غار ثور جانے کا دل چاہا تو دوست کہنے لگے کہ بابا آپ کمزور ہیں بس یہی نیچے سے زیارت کر لیں آپ اوپر نہیں جا سکیں گے گر جائیں گے' میں نے کہا نہیں میں اتنی دور سے آیا ہوں پھر خدا جانے آنا نصیب ہو یا نہیں' میں ضرور جاؤں گا پھر دعائیں کیں' یا اللہ میں کمزور تھا' بے کس و بے زر تھا آپ ہی مجھے لے کر آئے اب آپ ہی مجھے غار ثور پر بھی پہنچائیں گے۔

پھر رک رک کر چڑھنا چڑھ چڑھ کر رکنا اور جب غار ثور پر پہنچ گیا تو اتنی خوشی ہوئی جیسے ساری کائنات مل گئی ہو' پھر وہ تصور کی عجیب وغریب دنیا میرے آقا میرے سردار میرے محسن بلکہ محسن کائنات ﷺ یہاں بیٹھے ہوں گے' یہاں پر سجدے کیے ہوں گے' یہاں یہاں آرام کرتے ہوں گے۔ اللہ اکبر ان بزرگوں کا خلوص سادگی' وہاں کے سفر کی روائیداد کہنا اور سننا

کائنات کی کسی داستان میں وہ مزا نہیں جو آپ ﷺ کے گلی کوچے کے تذکرے میں ہے کئی دنوں تک یہ بزرگ آتے رہے وہاں (مدینہ منورہ کی) باتیں مزے لے لے کر سناتے رہے آپ ﷺ کا ذکر ختم ہو جائے ناممکن ہے۔

ایک دن میں نے موقع پا کر ان کو اپنا وعدہ یاد دلایا درود شریف کے مشاہدات جو انہوں نے دیکھے ہیں بیان فرمائیں۔ فرمانے لگے بندہ ابھی 6-5 سال کا تھا کہ والدہ صاحبہ انتقال فرما گئیں ہم ہندوستان کے صوبہ بہار میں رہتے تھے میری والدہ کی وفات کے بعد میرے والد صاحب نے دوسری شادی کر لی ہماری اس سوتیلی والدہ نے ہم بہن بھائیوں پر ظلم وستم ڈھانے شروع کر دیئے گھر کا سارا کام ہم سے لیا جاتا کھانے پینے پر پابندی تھی بس جو بچا کچھا ہوتا وہ ہمیں دے دیا جاتا جب ہمارے سوتیلے بہن بھائی دنیا میں تشریف لائے تو یہ ظلم حد سے بڑھ گیا ہماری سوتیلی والدہ پیشاب کے کپڑے ہم سے دھلاتی خود آرام سے چارپائی پر پڑی رہتی ہمارے والد صاحب نے بھی ہم پر کوئی خاص توجہ نہیں دی وہ امی سے ڈرتے تھے کبھی کبھار جب امی اپنے والدین کے گھر گئی ہوتی تو ابا جان ہمیں پیار بھی کرتے اور جیب خرچ بھی دیتے وہ دن ہمارے لیے عید کے دن ہوتے اور ہم سب بہن بھائی دعا کرتے کہ اللہ کرے امی وہیں اپنے والدین کے گھر رہے ہمارے گھر نہ آئے جیسے تیسے کر کے ہمارے زندگی کے دن انہی حالات میں گزر رہے تھے۔

سارا دن آوارہ گردی

ایک دن امی نے میری چھوٹی بہن کو کسی بات پر مارنا شروع کیا میں نے اس پر ابا سے شکایت کر دی جس کا میری والدہ نے ہمارے والد کے گھر سے باہر جاتے ہی ہم سے یوں بدلہ لیا کہ ہم سب بہن بھائیوں کی خوب پٹائی کی جس سے دل برداشتہ ہو کر میں گھر سے بھاگ گیا اس وقت میری عمر 10-9 سال کے قریب تھی گھر سے بھاگ کر میں ریلوے اسٹیشن آیا اور ایک ٹرین میں بیٹھ گیا کئی گھنٹے کا سفر کر کے ایک اسٹیشن پر اتر گیا چند روپے میرے پاس تھے بھوک لگتی اس سے کچھ کھا لیتا' سارا دن آوارہ گردی کرتا اور رات کو ریلوے کے مسافر خانے پر آ کر سو جاتا۔

چند دن میں میرے پیسے ختم ہو گئے تو بڑی پریشانی ہوئی مسافر جو کھانا بچا ہوا ڈال جاتے میں خاموشی سے اسے اٹھا کر کھا لیتا' ایک دن بڑی شدید بھوک لگی ہوئی تھی سارا پلیٹ فارم چھان مارا کہیں سے سوکھی روٹی کا ٹکڑا بھی نہیں ملا' وہیں پلیٹ فارم پر بیٹھا بھوک سے رو رہا تھا اور آج بڑی شدت سے امی بھی یاد آ رہی تھیں کہ ہمیں وہ بے سہارا چھوڑ کر کیوں چلی گئیں' بہن بھائی بھی یاد آ رہے تھے کہ خدا جانے سوتیلی ماں ان کے ساتھ کیا سلوک کرتی ہو گی اے کاش! مجھے اتنی دولت مل جائے میں انہیں الگ مکان لیکر اپنے پاس رکھوں ان کا بھائی تو ہوں ہی ماں بن کر ان سے اتنا پیار کروں کہ یہ اپنے سب دکھ درد بھول جائیں۔

خوب جی بھر کر انہیں نئے نئے کھانے کھلاؤں......اچھے اچھے کپڑے پہناؤں......پھر میں تصور ہی تصور میں یہ سب کچھ دیکھتے ہوئے انہیں خوش و خرم دیکھتا رہا لیکن دولت کیسے ملتی؟ یہاں تو سوکھی روٹی نہیں مل رہی تھی کئی دن فاقوں میں گزر گئے سوائے پانی کے کوئی چیز معدہ میں نہیں گئی کہ ایک معجزہ ہو گیا دو باریش بزرگ مسافر خانے میں آ کر بیٹھے اور بیٹھ کر تھیلے میں سے کھانا نکال کر کھانے لگے' میں سامنے ہی بنچ پر لیٹا ہوا تھا کھانے کو دیکھ کر میری بھوک مزید تیز ہو گئی اور میں اٹھ کر بیٹھ گیا اور کھانے کی طرف دیکھنے لگا' میرا دل چاہ رہا تھا کہ میں ان سے کھانا چھین کر بھاگ جاؤں اور کہیں بیٹھ کر خوب پیٹ بھر کر کھاؤں لیکن ایک تو کئی دن کے فاقوں کی وجہ سے جسم میں طاقت نہیں تھی' دوسرا وہ دو تھے اور میں ایک۔ میں بڑی ہی بے بسی سے ان کو کھاتے ہوئے دیکھنے لگا کہ اچانک ایک بوڑھے کی مجھ پر نظر پڑی اور مجھے غور سے دیکھا اور اشارے سے مجھے کہا کہ آؤ کھانا کھاؤ میں جیسے اشارے کا منتظر تھا اور پتہ نہیں اس وقت میرے جسم میں کیسے اتنی طاقت آ گئی کہ میں بڑی تیزی سے آگے بڑھا اور فوراً ہی ان کے ساتھ جلدی جلدی کھانا شروع کر دیا' مجھے اس طرح سے کھاتے دیکھ کر آپس میں کہنے لگے لگتا ہے کہ بچہ کئی دنوں سے بھوکا ہے ہم پھر کھالیں گے اسے کھانے دو' میں نے جلد ہی وہ سارا کھانا ختم کر دیا۔ انہوں نے گڑوی سے پانی نکال کر مجھے پلایا میں کھا پی کر کھڑا ہونے لگا تو انہوں نے کہا بیٹا بیٹھیں کھانا کھا کر اللہ کا شکر ادا کرتے ہیں۔

ہم یہ نہیں کہتے کہ ہمارا شکر ادا کرو کیونکہ رزق جس کے نام کا ہے اسی کو ملے گا لیکن بیٹا جس مالک نے ہمیں کھانا کھلایا اس کا تو شکر ادا کریں میں ان کے پیار بھرے لفظ سن کر شرمندگی اور ندامت سے رونے لگا۔ انہوں نے میرے سر پر ہاتھ رکھا اور مجھے تسلی دی اور مجھ سے پوچھا کہ میں کون ہوں' والد کیا کرتے ہیں؟ یہاں کیا کر رہے ہو؟ وغیرہ وغیرہ۔ میں نے ان کی محبت و شفقت سے متاثر ہو کر ان کو اپنی ساری داستان سنائی جسے سنتے سنتے میں نے دیکھا کہ ان کی آنکھوں میں بھی آنسو آ گئے۔ انہوں نے میری داستان غم سننے کے بعد آپس میں کسی ایسی زبان میں باتیں کرنے لگے جسے میں نہیں جانتا تھا کچھ دیر بعد ان میں سے جو زیادہ بوڑھا تھا وہ مجھے کہنے لگا بیٹا آپ کے سب مسئلے حل ہو جائیں گے لیکن ہماری ایک شرط ہے اگر آپ اسے پورا کریں تو ہم آپ کی ہر ممکن مدد کریں گے میں نے فوراً ہی کہا کہ مجھے آپ کی ہر شرط قبول ہے چاہے کیسی بھی ہو۔

سوتیلی ماں کا معاملہ

اس نے کہا بیٹا پہلی شرط تو یہ ہے کہ آپ پابندی سے نماز پڑھیں گے اور کثرت سے درود شریف پڑھا کریں گے۔ میں نے کہا نہ مجھے نماز آتی ہے نہ درود شریف' کسی نے سکھایا ہی نہیں والد کو ہم سے کوئی خاص دلچسپی نہیں' دوسرا وہ خود بھی کبھی نماز نہیں پڑھتے' میری سوتیلی ماں کو ہم سے سوائے گھر کے کام لینے کے کچھ آتا ہی نہیں چند لمحے وہ خاموش رہے پھر انہوں نے آپس میں کوئی مشورہ کیا اور کہا بیٹا ٹھیک ہے ہم آپ کو اسی پلیٹ فارم پر ایک ہوٹل میں ملازم رکھوا دیتے ہیں' آپ کو کھانا پینا بھی ملے گا' رہائش بھی۔ آپ نے خوب ایمانداری اور محبت سے کام کرنا ہے' اگر آپ کی رپورٹ اچھی ہوئی تو مزید سوچیں گے۔ یاد رکھنا یہ آپ کا امتحان ہے' کام سے فارغ ہونے کے بعد مسجد کے مولوی صاحب سے نماز سیکھیں' قرآن پاک پڑھیں اور سب سے پہلے درود شریف سیکھیں۔ بیٹا کیا آپ کو صلی اللہ علیہ وسلم بھی پڑھنا نہیں آتا میں نے شرمندگی سے سر جھکا لیا۔ انہوں نے بار بار مجھ سے کہلوا کے یاد کروا دیا اور کہا کہ اسے آپ نے اٹھتے' بیٹھتے' چلتے پھرتے کثرت سے پڑھنا ہے چلو اٹھو! آپ کو کام پر لگاتے ہیں یہ مجھے لیکر ہوٹل والے کے پاس آئے یہ وہی ہوٹل والا تھا جس سے میں کھانا لیکر کھاتا تھا (جب میرے پاس پیسے تھے) میں نے دیکھا کہ ہوٹل کا سارا عملہ ان کا بڑا احترام کر رہا تھا۔ انہوں نے ایک شخص سے بات کی جو ہوٹل انتظامیہ کا بڑا تھا' انہوں نے میری طرف دیکھتے ہوئے گردن ہلائی' اس طرح میں اس ہوٹل پر ملازم ہو گیا۔

نکاح پڑھوا دیا

اپنے محسن کی ہدایت پر درود شریف کثرت سے پڑھتا' نماز سیکھ کر پڑھنا شروع کر دی۔ 6-5 سال اسی ملازمت میں گزر گئے میرے محسن جو مجھے بعد میں پتہ چلا کہ اسی ہوٹل ہی کے نہیں بلکہ کئی جگہوں پر ان کے ہوٹل اور مسافر خانے کے مالک تھے' یہ اکثر باہر رہتے تھے۔ سال میں ایک دو بار چکر لگانے آتے تو مجھ سے ملتے' میری کارگزاری سنتے اور بڑی محبت سے پیش آتے' ایک بار آئے تو کہنے لگے بیٹا مجھے آپ

سے کام ہے' کروگے' میں نے عرض کی آپ میرے محسن ہیں جو حکم کریں میں حاضر ہوں۔ کہنے لگے بیٹا میری ایک یتیم بھتیجی ہے جس کے ساتھ ہم نے مل کر کھانا کھایا تھا' وہ میرے چھوٹے بھائی ہیں ان کی بیٹی ہے آپ ماشاء اللہ جوان ہو چکے ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ کی شادی ان سے کردوں' جیسے آپ کی رضا ہو میں نے کہا ٹھیک ہے جیسے آپ کی خوشی' میں حاضر ہوں۔ بہرحال انہوں نے سادگی مگر بڑے پروقار طریقے سے میرا نکاح پڑھوا دیا۔

نکاح کے دنوں میں مجھے اپنے بہن بھائی بڑے یاد آئے اور اسی دن عہد کیا کہ شادی سے فارغ ہوکر ان سے مل کر آؤں گا۔ نکاح کے چند دن بعد میں نے اپنے محسن سے مشورہ کیا۔ انہوں نے کہا بیٹا ضرور جاؤ لیکن اکیلے جانا' بیوی کو ساتھ لیکر جانا مناسب نہیں پہلے خود جاؤ اور وہاں اپنی سوتیلی ماں سے لڑائی نہ کرنا بلکہ ان سے جا کر معافی مانگنا اور ان کیلئے اور ان کے بچوں کیلئے اعلیٰ قسم کے ہدیے لیکر جانا اپنے سگے بہن بھائیوں کیلئے کچھ کم درجے کے ہدیے لیتے جانا اور ہدیہ دیتے وقت سنت کی ادائیگی کی نیت کرنا اور سارے راستے درود شریف پڑھتے ہوئے جانا بیٹا آپ جو میری ترقی دیکھ رہے ہیں یہ سب درود شریف کی برکت ہے۔ میرے محسن بہت نیک اور خدا ترس انسان تھے میں نے ان کی ہدایات پر عمل کیا اور درود شریف پڑھتا ہوا ٹرین کے ذریعے اپنے گھر کی طرف روانہ ہوا جیسے جیسے میرا گھر قریب آرہا تھا میری عجیب کیفیت ہورہی تھی دل بری طرح سے دھڑک رہا تھا نظروں میں بہن بھائیوں کے چہرے گھوم رہے تھے سوتیلی ماں کا سلوک نظروں کے سامنے تھا۔

دھاڑیں مار کر رویا

عجیب کشمکش کی کیفیات میں گھر پر پہنچا دروازہ کھٹکھٹایا چھوٹے بھائی نے دروازہ کھولا پوچھا کون' میں یہ کہہ کر کہ تیرا بھائی ابراہیم' وہ گلے سے لگ گیا' خوشی سے دھاڑیں مار مار کر رونے لگا اتنے میں سب بہن بھائی اکٹھے ہوگئے' باری باری سب سے ملا سوتیلی ماں جو یہ منظر بڑی حیرت سے کھڑی دیکھ رہی تھی انہوں نے میرے سر پر ہاتھ رکھا اور یہ کہہ کر کہ گلی میں ہی ملتے رہو گے آؤ سب اندر آجاؤ خوشی کے وہ لمحے میں کیسے لفظوں میں بیان کروں میں نے کچھ دیر بعد سامان نکالا سب سے پہلے سوتیلی ماں کا سامان انہیں دیا اس کے بعد ان کے بچوں یعنی اپنے سوتیلے بہن بھائیوں کا میں نے دیکھا کہ خوشی سے میری ماں کی آنکھوں میں آنسو آگئے۔

اس کے بعد میں نے اپنی بہنوں اور بھائی کو تحفے دیئے' کئی دن انہیں اپنی داستان سنانے میں گزر گئے۔ تقریباً دو ماہ بعد میں نے واپسی کا پروگرام بنایا تو سب اداس ہوگئے میرے بہن بھائیوں نے الگ سے مجھے بتایا کہ آپ جیسے حالات چھوڑ کر گئے تھے ویسے ہی ہیں بلکہ اماں پہلے سے زیادہ ظلم کرتی ہے اب جب سے آپ آئے ہیں ان کا رویہ بدلا ہے بلکہ پتہ ہی نہیں چلتا کہ یہ وہی سوتیلی ماں ہے یا حقیقی ماں ہے آپ چلے گئے تو پھر ہمارا وہی حال ہوگا اور آپ ابا سے بھی نہیں ملے (جو دوسرے شہر کام کے سلسلے میں باہر گئے ہوئے تھے) میں نے انہیں تسلی دی کہ اب ایسا نہیں ہوگا میں آپ لوگوں کو ایک ایسا نسخہ دے دیتا ہوں کہ جس کے استعمال سے سب معاملے درست ہوجائیں گے اور اپنے محسن کا بتایا ہوا درود شریف انہیں بتایا اور کہا کہ آج آپ کا بھائی جس مقام پر ہے وہ اس درود شریف کی برکت ہے۔ (میرے سسر نے شادی کے بعد اپنا کاروبار میرے حوالے کردیا تھا) اور میں بھی آتا جاتا رہوں گا بہرحال انہیں خوب تسلیاں دے کر واپس ہوا اسی دوران حالات نے ایسا پلٹا کھایا کہ ملک تقسیم ہوگیا میرے محسن اور سسر نے جلدی میں اپنا کاروبار سمیٹا اور پاکستان جانے کی تیاریاں کررہے تھے کہ بلوہ پڑ گیا سکھوں' ہندوؤں نے انہیں شہید کردیا ایسی افراتفری مچی جس کا جس طرف منہ ہوا اسی طرف چل پڑا' میں اپنی بیوی کو لیکر ایک قافلے کے ساتھ بخیر و عافیت سے پاکستان پہنچ گیا۔ یہاں آباد ہونے کی الگ داستان ہے' بہرحال درود شریف کی برکت سے سب کام آسان ہوئے کئی سالوں بعد جب حالات سازگار ہوئے تو میں اپنے بیوی بچوں کو لے کر بھارت آیا جب اپنے گھر پہنچا تو میرے والد گھر پر ہی تھے' بہن بھائی گھر پر نہیں تھے' والد نے پہچانا ہی نہیں' امی نے بتایا کہ یہ اپنا بیٹا ابراہیم ہے۔

والد بڑے خوش اور حیران ہوئے پوچھا یہ عورت کون ہے؟ بچے کس کے ہیں؟ میں نے بتایا کہ یہ آپ کی بہو ہے اور یہ آپ کے پوتے پوتیاں' ابراہیم تو نے شادی کرلی؟ اور بچے بھی ہوگئے؟۔ قصہ مختصر بہن بھائیوں کا پوچھا تو پتہ چلا کہ میری سگی بہنوں کی شادیاں کردی ہیں اور بھائی نے دکان کرلی ہے۔ سوتیلا بھائی اور ایک بہن ہندوؤں کے ہاتھوں شہید ہوگئے یہ سن کر مجھے جتنا دکھ ہوا بیان سے باہر ہے لیکن سب سے زیادہ اس بات کا دکھ ہے کہ میں نے درود شریف صرف اپنے بہن بھائیوں کو بتایا اپنے سوتیلے بہن بھائیوں کو کیوں نہ بتایا۔ شاید وہ بھی پڑھتے اور ان کی جان بچ جاتی بہرحال میرے بہن بھائی وہاں خوش و خرم ہیں میں یہاں پاکستان میں آباد ہوں کئی حج کرچکا ہوں عمرے بھی ادا کیے ہیں اپنا مکان ہے بیوی بچے ہیں' بچے بھی شادو آباد ہیں میں سمجھتا ہوں کہ یہ سب درود شریف کی برکت اور اپنے محسن کی دعاؤں کا ثمر ہے خداوند کریم انہیں جنت الفردوس عطا فرمائے۔ آمین۔

"حکیم صاحب کی طرف سے سب کو درود شریف کی اجازت ہے۔"

میرے آزمودہ طبی و روحانی تجربات

5 مئی کو محمد فیروز عبقری اکیڈمی میں تشریف لائے بندہ نے ان سے عبقری کے حوالے سے سوال کیا کہ عبقری آپ کب سے پڑھ رہے ہیں اور کیسے اس سے متعارف ہوئے؟ فرمانے لگے کہ ہمارے ہاں ایک صاحب پرانی کتابیں فروخت کرنے کیلئے تشریف لائے انہوں نے مختلف رسائل اور ڈائجسٹ دکھائے میں نے یہ کہہ کر انہیں رد کردیا کہ ان میں جھوٹی قسم کی کہانیاں اور قصے ہوتے ہیں جس سے مجھے کوئی دلچسپی نہیں پھر انہوں نے روحانیت کے نام پر ایک رسالہ دکھایا میں نے دیکھ کر کہا کہ یہ بھی روحانیت کے نام پر

فریب ہے پھر اس کے بعد انہوں نے عبقری نکال کر دکھایا اور وہ بھی پرانا' مجھے وہ بھا گیا بس وہ دن ہے اور آج کا دن عبقری ہی پڑھتا ہوں۔

ماشاءاللہ بڑا ہی مفید اور معلوماتی رسالہ ہے اس کے طبی نسخے دکھی جسم کیلئے مرہم سکون ہیں اور روحانی نسخے روح کی روحانی بیماریوں کیلئے بھی شفاء ہے۔ بندہ عبقری کے نقشے قدم پر چلتے ہوئے بخل شکنی کرتے ہوئے چند مجرب نسخے ارسال کرنا چاہتا ہے لیکن وقت نہیں ملتا بندہ نے ان سے عرض کی کہ آپ مجھے وہ نسخے اور ان کی افادیت بتادیں میں لکھ کر عبقری کو بھیج دوں گا۔فرمانے لگے نسخے ابھی بتادیتا ہوں۔

ہائی بلڈ پریشر سے نجات

میرے ایک قریبی دوست کے والد کی ایک آنکھ خراب ہوگئی ڈاکٹروں نے آپریشن تجویز کیا اور تاریخ دیدی۔ مقررہ وقت پر یہ جب ہسپتال پہنچے ڈاکٹر نے بلڈ پریشر چیک کیا تو پتہ چلا کہ انتہائی درجے پر پہنچا ہوا ہے۔ ڈاکٹر حضرات نے آپریشن سے معذرت کرتے ہوئے بلڈ پریشر کی ادویات لکھ کردیں کہ یہ ادویات استعمال کریں چند دنوں میں ان کا بلڈ پریشر جب نارمل ہوجائے گا تو تشریف لائیے گا' آنکھ کا آپریشن کردینگے۔ چند دن ادویات استعمال کرنے کے بعد دوبارہ ہسپتال گئے پتہ چلا کہ بلڈ پریشر بدستور انتہائی ہائی ہے۔کوئی خاص فرق نہیں ہوا اس طرح تین سے چار دن بلڈ پریشر کی ادویات استعمال کرکے ہسپتال گئے لیکن مسئلہ حل نہ ہوا۔ اسی پریشانی میں ہسپتال میں بیٹھے ہوئے تھے' میرے دوست کے ایک جاننے والے کی ان پر نظر پڑی۔ انہوں نے پوچھا کہ خیریت ہے یہاں ہسپتال میں کیسے؟ انہوں نے ساری بات بتائی کہ ابو کی آنکھ کا آپریشن ہے' دن بدن آنکھ خراب ہوتی جارہی ہے ڈاکٹر ہائی بلڈ پریشر کی وجہ سے آپریشن نہیں کررہے۔ بلڈ پریشر کی ادویات بھی کوئی فائدہ نہیں کررہیں ان کے دوست نے کہا کہ یہ کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے' تین دن کے اندر ان کا بلڈ پریشر نارمل ہوجائیگا۔ انہوں نے حیرت سے پوچھا کہ وہ کیسے؟

عناب کے فوائد

انہوں نے جواب دیا کہ آپ عناب ایک پاؤلیں رات کو کسی مٹی یا چینی کے برتن میں پانی ڈال کر اس میں صرف سات دانے عناب بھگو کر رکھیں۔ صبح نہار منہ وضو کرکے تین تین بار اول وآخر درود شریف درمیان میں گیارہ مرتبہ سورۂ کوثر پڑھ کر اس عناب کے پانی جس کو پہلے مل کر چھان لیا ہو پر دم کرکے پی لیں انشاء اللہ تعالیٰ چند روز کے استعمال سے ہی بلڈ پریشر نارمل ہوجائے گا۔ چنانچہ تین چار دن انہوں نے ایسا ہی کیا اور اس کے بعد جب ڈاکٹر کی خدمت میں حاضر ہوئے تو انہوں نے جب بلڈ پریشر چیک کیا تو بالکل نارمل تھا۔ بڑے حیران ہوئے اور پوچھا کہ آپ لوگوں نے ایسا کیا استعمال کیا کہ جو بلڈ پریشر اتنے دن سے ذرہ بھی کم نہیں ہورہا تھا وہ آج بالکل نارمل ہے۔ انہوں نے انہیں عناب والے عمل کا بتایا تو کہنے لگے واقعی فطری علاج فطری ہے۔ اس طرح ان کے والد صاحب کا مسئلہ حل ہوا اور ان کی آنکھ کا آپریشن کامیابی سے ہمکنار رہا۔

دوسرا تجربہ خود میں نے کیا' کہنے لگے مجھے ہائی بلڈ پریشر کی وجہ سے اتنے چکر آتے تھے کہ میں ایسے محسوس کرتا تھا جیسے زلزلہ آگیا ہو' ڈاکٹروں سے ہومیو ڈاکٹروں سے بڑا علاج کروایا لیکن کوئی افاقہ نہ ہوا۔ روزمرہ کے میرے سارے کام بند ہوگئے' ظاہر ہے جب ہر وقت سر گھومے گا تو کام کیسے بنیں گے۔ مجھے میرے انہی دوست نے اپنے والد صاحب والا قصہ سنا کر عناب استعمال کرنے کی تاکید کی میں نے اسی دن عناب منگوائے۔ پہلے دن استعمال سے میں نے قدرے افاقہ محسوس کیا۔ مستقل ایک ہفتہ گزرنے کے بعد اللہ کے فضل وکرم سے میں بالکل ٹھیک ہوگیا اور سب ڈاکٹری ادویات چھوڑ دیں اب بھی کبھی کبھار جب میں محسوس کرتا ہوں کہ میرا بلڈ پریشر بڑھ رہا ہے تو دو تین روز یہی عناب کا پانی دم کرکے پی لیتا ہوں کوئی مسئلہ ہی نہیں۔ اسی طرح میری ہمشیرہ کو بھی بلڈ پریشر کا عارضہ تھا۔ روزانہ ڈاکٹروں کے پاس بدل بدل کر کئی قسم کی ادویات استعمال کرچکی تھیں لیکن وہی بات کہ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ انہیں بھی یہی عناب والا عمل بتایا۔ انہوں نے مستقل کچھ عرصہ استعمال کی الحمدللہ اب بالکل نارمل بلڈ پریشر ہے اور بغیر ڈاکٹری ادویات کے زندگی گزار رہی ہیں۔

بلڈ پریشر ختم

اسی طرح ایک سفر کے دوران ایک صاحب ملے جو انتہائی غریب اور لاچار تھے باتوں ہی باتوں میں انہوں نے بتایا کہ میری بیوی کو ہائی بلڈ پریشر کا عارضہ ہے جس کی وجہ سے زندگی میں کوئی رونق نہیں۔ بچوں کو سنبھالنے کی ذمہ داری لازماً عورت پر ہی ہوتی ہے جب عورت بیمار ہو ہر وقت سر پر پٹی باندھے ایک جگہ چارپائی پر پڑی رہے تو بچوں پر جو حالات آتے ہیں میں ہی جانتا ہوں۔ میں تو صبح مزدوری کرنے چلا جاتا ہوں شام کو واپس آتا ہوں تو دیکھتا ہوں کہ بچے گندے ہوئے پڑے ہیں' رو رو کر آنکھیں سوج چکی ہیں میں انہیں

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کہکشاں نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ ظہیر اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفرگڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی کھنگی کالونی، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ ملک نوید نیوز ایجنسی 0333-6870706۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبۂ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بک ڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن نمہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باذوق نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ قیوم صاحب لندن 00442084724146۔ **گوجرخان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **حضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔

نہلاتا ہوں' کپڑے پہناتا ہوں' گھر کا سارا کام کر کے رات کو بیگم صاحبہ کو ڈاکٹر کے پاس لے جاتا ہوں دوائی لیکر جب گھر آتا ہوں تو جسم میں یوں محسوس ہوتا ہے جیسے جان ہی نہیں ہے' ان کی طویل دکھ بھری کہانی سن کر میں نے انہیں تسلی دی اور عناب والا نسخہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا اور تسلی کیلئے واقعات سنائے' کافی عرصہ گزرنے کے بعد ایک دن ان کا فون آیا اور شکریہ ادا کرنے کے بعد بتایا کہ میں نے اپنی بیوی کو پورا ایک مہینہ عناب والا پانی دم کر کے پلایا الحمدللہ میری اہلیہ بالکل ٹھیک ہوگئی ہیں اور گھر کا سارا کام کام بڑی آسانی سے کرلیتی ہیں۔ بچے بھی ان کی توجہ سے اچھے بن گئے ہیں زندگی میں ایک قسم کی بہار آگئی ہے۔

بات بلڈ پریشر اور اس کے کامیاب علاج کی چل رہی ہے تو ایک اور عبقری کے قاری جناب حاجی محمد یونس جو کے لاہور کے رہنے والے ہیں' آج کل کراچی میں ہوتے ہیں۔ لاہور میں مرشد کامل حکیم صاحب کے درس سے مستفید ہوتے رہتے ہیں اور یہاں آکر بندہ کو حضرت کی باتوں کا فیض پہنچاتے ہیں۔ بہرحال ان کا مجرب عمل جو انہوں نے بلڈ پریشر کے دوران استعمال کیا اور پھر ان کا بلڈ پریشر نارمل ہوگیا' کا واقعہ تحریر کرتا ہوں فرماتے ہیں کہ مجھے عرصہ دس سال سے بلڈ پریشر کا عارضہ تھا۔ ڈاکٹری ادویات استعمال کر رہا تھا جس سے بس گزارا ہو رہا تھا لیکن بیماری جان نہیں چھوڑ رہی تھی ایک روز مسجد کے ایک قاری صاحب سے اپنی پریشانی کا ذکر کیا۔ انہوں نے سورۂ فیل 313 بار اول و آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ بعد نماز عشاء 41 روز پڑھنے کیلئے کہا فرماتے ہیں کہ میں نے یہ عمل کرنے کے دوران جب بھی ڈاکٹروں کے پاس چیک اپ کیلئے گیا وہ حیران ہوکر پوچھتے کہ آپ کیا کھا کر آئے ہیں کہ آپ کا بلڈ پریشر بھی نارمل ہوتا ہے اور شوگر بھی (نوٹ: انہیں بلڈ پریشر کے ساتھ شوگر بھی تھی) بندہ انہیں بتاتا کہ میں سورۂ فیل پڑھتا ہوں الحمدللہ اس عمل کی برکت سے ایک عرصہ ہوا میرا بلڈ پریشر بھی نارمل چلا آرہا ہے اور شوگر بھی نارمل رہتی ہے۔

آلو بخارے سے بلڈ پریشر سے یقینی نجات

اسی طرح عبقری کی ایک خاتون قاریہ فرماتی ہیں کہ مجھے بلڈ پریشر کی بیماری نے بے حال کر رکھا تھا ہر وقت سر میں شدید درد' آنکھوں کے آگے اندھیرا آجاتا تھا بات بے بات غصہ آجاتا جس سے گھر میں اکثر لڑائی ہوجاتی ہر وقت بچوں کو مار پیٹ کرنا میرا کام بن چکا تھا۔ ادویات لے رہی تھی لیکن عارضی فائدہ ہوجاتا پھر وہی کیفیت ایک دفعہ میں اپنے والدین سے ملنے کیلئے اپنے گاؤں گئی' میرے بھائی گرمیوں کے موسم میں آلو بخارے کا خالص شربت بیچتے ہیں جس دن میں اپنے والدین کے گھر پہنچی سفر کی وجہ سے برا حال تھا راستے میں قے بھی کرتی آئی تھی' سر میں شدید درد' اوپر سے گاؤں کی شدید گرمی' یوں لگ رہا تھا جیسے آج تو مر جاؤنگی اسی دوران بھابی نے آلو بخارے کا شربت بنا کر پلایا جیسے ہی شربت پیا یوں محسوس ہوا جیسے جسم میں جان آگئی ہو' بلڈ پریشر جو کے شربت پینے سے پہلے چیک کیا تھا (بلڈ چیک کرنے والا آلہ میں اپنے ساتھ رکھتی ہوں) تو 200 سے اوپر تھا اور نیچے کا ایک سو سے زائد تھا اب شربت پینے کے کچھ دیر بعد دیکھا تو بہت کم ہوگیا تھا اسی طرح دن میں تین چار بار آلو بخارہ کا شربت پینے سے سر کا درد بھی ختم ہوا اور بلڈ پریشر بھی نارمل ہوا اب میں سب دوائیں چھوڑ کر شربت آلو بخارہ ہی پیتی ہوں۔

پانچ منٹ میں شدید سر درد سے یقینی نجات

اسی طرح عبقری کے ایک قاری نے بتایا کہ میں ملیر کراچی میں ایک نامور حکیم صاحب کی خدمت میں جایا کرتا تھا ایک مرتبہ میں گیا تو میرے سامنے حکیم صاحب کے پاس ایک خاتون تشریف لائیں اور کہنے لگیں کہ چند دن سے میرے سر میں شدید قسم کا درد ہے کئی قسم کی ادویات کھا چکی ہوں کوئی فائدہ ہی نہیں ہوتا۔ حکیم صاحب نے فرمایا کہ یہ کوئی مسئلہ ہی نہیں ہے ابھی پانچ منٹ میں آپ کے سر کا درد ختم ہوجائے گا اور یہ کہہ کر دراز میں سے دو عدد بڑی الائچی نکال کر انہیں دی اور ساتھ ایک ایک چمچ چینی نکال کر کاغذ پر رکھی اور کہا کہ ان الائچیوں کے دانے نکال کر منہ میں رکھیں ساتھ ہی ایک چمچ یہ چینی ڈالیں اور انہیں اس طرح چوسیں جس طرح چیونگم چباتے ہیں اور چوس چوس کر رس پیتی رہیں انہوں نے ایسے ہی کیا کچھ دیر کے بعد شکریہ ادا کر کے کہنے لگیں حکیم صاحب! واقعی میرا سر درد ختم ہوگیا۔ میں نے اپنی آنکھوں سے یہ ماجرا دیکھا میں جب گھر آیا تو بڑی الائچی لیتا ہوا آیا کیونکہ میرے گھر میں میری ہمشیرا کو سر میں شدید درد رہتا تھا۔ میں نے اپنی بہن کو بلایا جس نے اب بھی سر درد کی وجہ سے سر پر پٹی باندھی ہوئی تھی میں نے انہیں کہا کہ ابھی آپ کے سر کا درد ختم ہوجاتا ہے میں نے اسی طریقے کے مطابق جو حکیم صاحب نے بتایا تھا اسے دو الائچیاں اور ایک چمچ چینی دی۔ انہوں نے اسی طرح کیا اور اس کا سر درد ختم ہوگیا چند دن کے استعمال سے مکمل طور پر ان کے سر کا درد چلا گیا اس طرح میں نے یہ نسخہ کئی مریضوں کو بتایا جن کے سر میں اکثر درد رہتا تھا اس ٹوٹکے کی وجہ سے آرام مل گیا۔

دردِ سر کا مجرب نسخہ

میری حکمت کا ابتدائی دور تھا' میری چھوٹی ہمشیرہ کے سر میں شدید قسم کا درد ہوتا تھا۔ درد کی وجہ سے ان کے منہ سے چیخیں نکلتیں تھیں۔ ڈاکٹروں سے ادویات لیں کوئی فائدہ نہ ہوا اسکے بعد حیدرآباد لیکر آئے یہاں کے ڈاکٹروں نے ہر قسم کے ٹیسٹ کیے ایکسرے' الٹرا ساؤنڈ وغیرہ سب رپورٹیں کلیئر تھیں' مرض کی تشخیص نہیں ہو پا رہی تھی۔

میرا تو ویسے ہی حکمت سیکھنے کا ابتدائی دور تھا اب سر کے درد کی بے شمار اقسام ہیں ہر قسم کے نام الگ الگ' علامات و اسباب ہیں' ان سب کو یاد رکھنا خود ایک سر درد ہے اب سمجھ میں نہیں آرہا تھا کہ یہ کس قسم کا سر درد ہے اور اس کا کیا علاج ہو۔ بندہ ایک طبی کتاب کا مطالعہ کر رہا تھا کہ ایک معجون کے نسخے پر نظر پڑی جس کے فوائد کے ذیل میں لکھا تھا کہ یہ سر درد کی ہر قسم میں مفید ہے۔ بندہ نے اللہ کا نام لیکر وہ معجون بنائی اور ہمشیرہ کو استعمال کروائی چند ہی دنوں میں وہ فائدہ ہوا جو وہم و گمان میں بھی نہ تھا کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنے کے بعد اللہ کے فضل و کرم سے انہیں سر درد سے نجات مل گئی۔ 84-85ء سن سے لیکر آج 2010ء چل رہا ہے انہیں دوبارہ سر میں درد نہیں ہوا۔ اس نسخے کو جب اپنی آنکھوں سے دیکھا کہ کیسے اس مرض کو اس سے فائدہ ہوا تو بندے نے مستقل اس نسخے کو یقین اور اعتماد کے ساتھ مریضوں کو دینا شروع کردیا اب واقعات کیا تحریر کروں بیسیوں واقعات ہیں نمونے کے طور پر اپنے گھر کا واقعہ تحریر کردیا ہے۔ بلا مبالغہ کوئی ایک بھی مریض نہیں اس 29-30 سالہ دور میں جس نے یہ معجون استعمال کی ہو اور اس کا سر درد ختم نہ ہوا ہو کیا بوڑھے کیا' جوان مرد ہو یا خواتین جس نے بھی استعمال کی' اس کو شفاء ملی۔ قارئین سے دعاؤں کی درخواست کے ساتھ نسخہ حاضر خدمت ہے۔

گل سرخ بادرنجبویہ' برگ گاؤزبان' گل بنفشہ اصل السوس ہر ایک ایک تولہ' انجیر زرد دس دانہ' مویز منقیٰ' عناب ہر ایک بیس دانہ سپستان سو دانہ' سب دواؤں کو رات کے وقت تین پاؤ پانی میں بھگوئیں۔ صبح کو جوش دیکر چھان کر قند سفید پاؤ سیر داخل کر کے قوام بنائیں اور آخر قوام میں کشمش ایک پاؤ پیس کر شامل کردیں۔ بعدازاں برگ سناء مکی سات تولہ' ہلیلہ زرد تین تولہ' ان تینوں دواؤں کو خوب باریک سفوف کر کے روغن بادام شیریں میں چرب کر کے قوام میں ملا دیں۔ صبح کو ایک ماشہ سے تین ماشہ تک عرق بادیان بارہ تولہ یا پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ چند ماہ۔

دل کے بند والو کھولنے کا جادوئی نسخہ

میرے بڑے بھائی کے دوست کا بھانجا جو کہ جرمن میں رہائش پذیر ہیں وہ اکثر وہاں بیمار رہتے تھے ڈاکٹروں کے پاس جاکر چیک اپ کروایا انہوں نے رپورٹیں دیکھ کر بتایا کہ آپ کے دل کے وال کولیسٹرول کی زیادتی کی وجہ سے بند ہیں اور بذریعہ آپریشن آپ کے وال صاف کرنا پڑیں گے یہ بڑے پریشان ہوئے کیونکہ یہ جرمن میں اکیلے رہتے ہیں۔ والدین اور بہن بھائی تو پاکستان میں ہیں۔ کہتے ہیں کہ میرے دل میں خیال آیا کہ کیوں نہ پاکستان جاکر دل کے والو کی صفائی کروالی جائے بس دل میں اس بات کا آنا تھا میں نے فوراً پاکستان جانے کیلئے دو ماہ کی چھٹی لی اور پاکستان آگیا یہاں میرے ماموں جان کو میرے آنے کی خبر ہوئی تو وہ اگلے دن ہی گھر پر تشریف لائے اور پوچھنے لگے کہ بغیر اطلاع کیے آپ اچانک پاکستان آگئے خیریت تو تھی۔

میں نے انہیں عرض کی ماموں جان ڈاکٹروں نے بتایا ہے کہ آپ کے دل کے وال بند ہیں جس کی وجہ سے خون کا بہاؤ بڑی مشکل سے ہورہا ہے آپ کو جلدی ان کی صفائی کروانی پڑے گی۔ ماموں جان نے بڑی توجہ سے میری ساری بات سنی اور کہا کہ فکرمند ہونے کی کوئی ضرورت نہیں صرف پندرہ دن کے اندر یہ مسئلہ **حل** ہوجائے گا۔ انشاء اللہ آپریشن کی نوبت نہیں آئے گی۔ میں نے عرض کی کہ یہ کیسے ممکن ہے۔ فرمانے لگے اللہ تبارک وتعالیٰ نے پیاز کی شکل میں ہمیں ایک ایسی نعمت عنایت فرمائی ہے جو دیگر فوائد کے ساتھ ساتھ چربی کو بھی جلد خارج کردیتی ہے۔ ماموں جان نے سوالیہ انداز میں مجھ سے پوچھا بیٹا کیا آپ نے سفید پیاز دیکھی ہے؟ میں نے عرض کی بہت کم نظر آتی ہے۔ سفید رنگ کی پیاز میں نے سردیوں میں دیکھی تھی۔ انہوں نے فرمایا بس یہی پیاز آپ کے مرض کا شافی علاج ہے پھر انہوں نے طریقہ استعمال بتایا کہ ایک عدد بڑا پیاز لے لیں جس کا وزن 100 گرام سے 150 تک ہو اس کو کوٹ کر اس کا پانی نکال لیں، اس پانی کو صبح نہار منہ پی لیں اللہ کے حکم سے پندرہ دن کے اندر اندر وال بالکل صاف ہوجائیں گے۔ میں نے ماموں جان کے کہنے پر اس نسخہ کو استعمال کیا اور پندرہ دن کے بعد دوبارہ چیک اپ کروایا تو یہ جان کر خوشی سے حیران رہ گیا کہ میرے دل کے وال بالکل صاف ہوگئے ہیں۔ (نوٹ: پیاز کا رس پینے کے تقریباً ایک گھنٹہ کچھ کھانا پینا منع ہے) اس کے ساتھ ساتھ نماز کی پابندی کی جائے اور اگر سفید پیاز نہ ملے تو سرخ پیاز بھی استعمال کروائی جاسکتی ہے۔

ہر سال حج کرنے کا خاص عمل

اسی طرح عبقری کے ایک قاری محمد اقبال جو کے پاکستان نیوی میں ملازم ہیں عبقری اکیڈمی میں تشریف لائے ان سے جب بندے نے سوال کیا کہ عبقری نے آپ کو کیا دیا تو مسکرا کر فرمانے لگے کہ عبقری کے ایک عمل نے مجھے حج بیت اللہ کی سعادت نصیب فرمائی بالکل اسی طرح ہوا جس طرح رسالے میں لکھا ہوا ہے۔ کہنے لگے مجھے حج کرنے کا بڑا شوق تھا لیکن اس کیلئے کوئی اسباب نہیں بن رہے تھے۔ عبقری میں جب یہ ''ہر سال حج کرنے کا خاص اور آزمودہ عمل'' پڑھا تو مجھے میرے دل کی تمنا پوری ہوتی ہوئی نظر آئی۔ میں نے خود بھی یہ عمل شروع کردیا اور ساتھ ہی بیوی کو بھی یہ عمل شروع کروادیا۔ چند ہی مہینے گزرے تھے کہ ہماری قسمت کا ستارہ چمکا اور اللہ تعالیٰ نے اپنے خزانہ غیب سے ایسے اسباب پیدا کیے کہ ہم آج تک حیران ہیں اور ہم نے اسی سال 2009ء میں حج کیا۔

بندے نے بڑی اشتیاق سے پوچھا کہ وہ عمل کونسا تھا اور عبقری کے کونسے شمارے میں شائع ہوا تھا۔ انہوں نے تھوڑی ہی دیر میں وہ رسالہ نکال کر میرے سامنے رکھ دیا۔ میں نے دیکھا تو وہ فروری 2009ء کا شمارہ تھا جس کے ٹائٹل پر ہی یہ سرخی لگی ہوئی تھی۔ ''ہر سال حج کرنے کا خاص اور آزمودہ عمل'' آگے تفصیل میں دیکھا تو یہ مضمون حال دل کے عنوان سے میرے مرشد ومحسن جناب حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی دامت برکاتہم العالی کا تھا۔ عنوان کے نیچے درج ہے قسمت کے سکندر ہی یہ عمل کریں گے اور لبیک سے رب کو منائیں گے۔ بس غور سے تحریر پڑھیں۔ ایک صفحے سے زائد پر یہ مبارک تحریر ہے۔ جو حضرات تفصیل سے پڑھنا چاہیں وہ فروری 2009ء کے شمارے میں یہ تحریر پڑھ سکتے ہیں۔ بندہ یہاں صرف وہ عمل تحریر کرتا ہے کہ جس کی برکت سے محمد اقبال صاحب اور ایسے کئی لوگوں کو حج بیت اللہ کی سعادت نصیب ہوئی جنہوں نے اس عمل کو توجہ دھیان اور مستقل مزاجی سے کیا۔

خاص عمل: اذان کے بعد اور مسنون دعا کے بعد (یعنی اذان کے بعد والی مسنون دعا) 3 بار تلبیہ یعنی **لَبَّیْکَ اللّٰھُمَّ لَبَّیْکَ** آخر تک پڑھیں۔ حج کی نیت سے یا عمرے کی نیت سے 40 روز اور روزانہ خوشبو لگا کر سورۃ والضحیٰ پڑھیں۔ یہ عمل نہایت خلوص اعتماد اور یقین سے کریں۔ مسلسل اور مستقل پھر رب کی قدرت کا کرشمہ دیکھیں۔ (انشاء اللہ)

پیچش کیلئے عجیب نسخہ

عبقری کے ایک قاری جناب عظمت اللہ صاحب تشریف لائے باتوں ہی باتوں میں رسالہ عبقری میں شائع ہونے والے نسخے کی تعریف کرنے لگے۔ بندہ خاموشی سے بڑے دھیان سے ان کی گفتگو سن رہا تھا۔ فرمانے لگے میری بیوی کو عرصہ آٹھ سال سے پیچش تھی اکثر معدہ خراب رہتا تھا۔ بہت علاج کروایا لیکن کہیں سے مستقل فائدہ نہ ہوا۔ عبقری میں ایک نسخہ چھپا جو کہ کم خرچ ہونے کے ساتھ ساتھ بنانے میں بالکل آسان بھی تھا۔ میں نے وہ نسخہ بنایا اور بیوی کو استعمال کروایا۔ حیرت انگیز طور پر چند دنوں میں ہی پیچش رک گئی اور معدہ صحیح ہوگیا۔ بھوک بھی لگنے لگی، طبیعت سے بے چینی بھی ختم ہوئی اگرچہ اس نسخہ کی ترکیب کے مطابق نہیں کیا پھر بھی اتنا فائدہ ہوا کہ آج 6-7 ماہ ہوگئے ہیں دوبارہ پیچش نہیں ہوئی اور میں یہ نسخہ دوسرے کئی ضرورت مندوں کو دے چکا ہوں سب کو اللہ کے فضل وکرم سے مکمل فائدہ ہوا۔

وہ نسخہ یہ ہے: چھوٹی ہڑیڑ اور بل گری ہموزن لیکر سفوف بنا کر چھوٹی 1-1 چمچ دن میں 3 بار پانی کے ساتھ لینی ہے اور اگر چھوٹے بچوں کو یہ بیماری (پیچش) ہو تو بلگری کا مربہ لیکر دیں بالکل شیرخوار بچوں کو اس مربے کا شیرہ پلائیں فوراً فائدہ ہوگا۔ یہ نسخہ بڑے کمال کا ہے۔

گمشدہ چیزیں حاصل کرنے کیلئے چند مجرب عمل

بھائی کامران صاحب نے گمشدہ اشیاء کو حاصل کرنے کیلئے اپنے چند مجرب عمل سنائے جو کہ عبقری کے قارئین کی خدمت میں حاضر ہیں آپ کی خدانخواستہ جب کوئی چیز گم ہوجائے تو آپ ایک بار سورۃ یٰسین پڑھ کر تلاش کریں اگر اس دن وہ گمشدہ چیز نہ ملے تو دوسرے دن پھر یہی عمل کریں۔ اگر خدانہ کرے دوسرے دن بھی کام نہ بنے تو پھر تیسرے دن بھی یہی عمل کرکے تلاش کریں۔ انشاء اللہ تیسرے دن وہ چیز ضرور بہ ضرور مل جائے گی۔

دوسرا عمل: ایک مرتبہ میری چھوٹی بیٹی گم ہوگئی میں نے دو انمول خزانے پڑھنا شروع کردیئے اور ساتھ ہی حسب توفیق صدقہ بھی دیا ابھی میں نے دو انمول خزانے دو تین بار ہی

پڑھے تھے کہ ایک شخص بچی کو گود میں اٹھا کر لے آیا۔

اسی طرح ایک مرتبہ مدرسہ میں میری لغت کی کتاب گم ہوگئی پورا مدرسہ چھان مارا لیکن کہیں سے نہ ملی بندے نے دو انمول خزانے کئی بار پڑھے کچھ دیر بعد مگر اللہ کے فضل و کرم سے اس دعا کی برکت سے وہ کتاب مل گئی۔

اسی طرح ایک مرتبہ میرے پاس ساٹھ روپے تھے ان میں سے دس روپے غائب ہوگئے میں نے گیارہ مرتبہ اِنَّـا لِـلّٰـهِ وَاِنَّـا اِلَيْـهِ رَاجِعُوْنَ پڑھی دس روپے مل گئے جب کے جیب خالی تھی۔ (پچاس روپے پہلے ہی نکال لیے تھے)

یا اللہ میرا کام کردے!

بھائی آصف محمود فرماتے ہیں کہ آپ (میرے پیر و مرشد حکیم طارق محمود عبقری دامت برکاتہم) جب کنڈیارو تشریف لائے تھے تو آپ نے اپنے بیان میں ارشاد فرمایا تھا کہ جو بھی کام کرو تو اللہ تبارک وتعالیٰ سے کہو یا اللہ میرا یہ کام آپ کریں گے تو وہ کام ہوجائے گا۔ بارہا کا میرا یہ آزمودہ عمل ہے کہ جب میں کسی بھی کام کے بارے میں یہ کہہ دیتا ہوں اللہ تعالیٰ میرا وہ کام کردیتے ہیں۔ ایک دفعہ ٹرین میں سفر کررہا تھا اور مجھے سیٹ کی ضرورت تھی میں نے دل ہی دل میں اللہ تعالیٰ سے عرض کیا اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے مجھے سیٹ مل گئی۔ اسی طرح اپنے کنڈیارو شہر میں آسمان پر بادل دیکھ کر میں نے دعا کی یا اللہ تو بارش برسا دے تو اللہ کی رحمت سے بارش شروع ہوگئی۔ اسی طرح بندے کی چونکہ کریانہ کی دکان ہے کئی گاہک ادھار کی رقم واپس نہیں کرتے تو جب بندہ یہ دعا کرکے یا اللہ تو قرضہ واپس دلوائے گا' جاتا ہوں تو قرض مل جاتا ہے۔

آیت کریمہ کا عمل

بھائی شہزاد کہتے ہیں حکیم صاحب نے 40 مرتبہ آیت کریمہ کا عمل پڑھنے کیلئے فرمایا تھا۔ یعنی 12 رکعت نفل جس کے ہر سجدے میں چالیس بار آیت کریمہ پڑھنی تھی۔ میں نے یہ عمل شروع کیا اللہ تعالیٰ نے بے حساب رزق عنایت فرمایا۔

سفر کی دعا کی برکت

اسی طرح سواری پر سوار ہونے کی دعا پڑھ کر موٹر سائیکل پر کسی سے کام سے جارہا تھا کہ موٹر سائیکل کے بریک ٹوٹ گئے لیکن اللہ نے حفاظت فرمائی اور میں ہر قسم کی تکلیف سے محفوظ رہا۔ اسی طرح امیر صاحب فرماتے ہیں کہ میں موٹر سائیکل پر سوار چلا جارہا تھا سفر کی دعا میں نے پہلے ہی پڑھ لی تھی موٹر سائیکل اچانک نالے سے ٹکرائی جس سے میں خود بھی نالے میں گر گیا لیکن دعا کی برکت سے بالکل محفوظ رہا۔

سورۂ قریش کے کمالات

بھائی طاہر نواب شاہ فرماتے ہیں کسی اہم کام کے سلسلے میں جارہا ہوتا ہوں جب ریلوے پھاٹک پر پہنچتا ہوں تو دیکھتا ہوں کہ ٹرین کی آمد کی وجہ سے پھاٹک بند ہے میں سورۂ قریش پڑھنا شروع کردیتا ہوں جلد ہی پھاٹک کھل جاتا ہے اور راستہ مل جاتا ہے اور کبھی موٹر سائیکل کا پٹرول ختم ہوجاتا ہے اور پٹرول پمپ بھی دور ہوتا ہے سورۂ قریش پڑھتا ہوں پٹرول پمپ پر بڑی آسانی سے پہنچ جاتا ہوں اسی طرح جب گھر میں لاکر وغیرہ کی چابی جب کھو جاتی ہے تو اناللہ (مکمل) اور درود شریف پڑھتا ہوں تو وہ مل جاتی ہے۔ اسی طرح جب کبھی نظر بد لگ جاتی ہے یہی دعا نظر کی حفاظت کیلئے پڑھ لیتا ہوں اور محفوظ ہوجاتا ہوں۔

سورۂ یٰسین کے کمالات

اسی طرح میرے بل گم ہوگئے تھے اناللہ پڑھی مل گئے' اسی طرح ایک بار کمرے کا دروازہ لاک ہوگیا میں نے سورۂ یٰسین پڑھنا شروع کردی۔ ابھی پڑھتا ہی رکوع تھا کہ دروازہ کھل گیا۔ اسی طرح ایک مرتبہ ایک یونیورسٹی میں جہاں ڈاڑھی والوں کا داخلہ بند تھا جانا تھا' میں نے سورۂ یٰسین کی آیت نمبر 9 وَجَعَلْنَا مِنْ بَيْنِ اَيْدِيهِمْ سَدًّا وَّمِنْ خَلْفِهِمْ سَدًّا فَاَغْشَيْنٰهُمْ فَهُمْ لَا يُبْصِرُوْنَ پڑھی چوکیدار نے جانے دیدیا۔ جب اندر جا کر پروفیسر صاحب سے ملے تو وہ جہاں بہت ناراض ہوئے وہیں حیران بھی ہوئے کہ تم اندر کیسے آئے ہم نے عرض کی کہ سورۂ یٰسین کی آیت پڑھ کر آئے ہیں۔ بہرحال اس آیت کی برکت سے ہم نے پورا دن یونیورسٹی میں گزارا' گشت کیا دین کی دعوت دی۔

ذکر اللہ کی برکت

اس طرح ایک دوسرے صاحب فرماتے ہیں کہ ہم بیرون ملک سے واپس آرہے تھے' ایک دن زیادہ ہوگیا جیسے ہی ہم ایئرپورٹ پر آئے ایئرپورٹ کی انتظامیہ نے ہمیں روک لیا کہ ایک دن زیادہ کیوں گزارا۔ ہم سب نے اللہ تعالیٰ کا ذکر کرنا شروع کردیا اور پھر اس کی برکت سے آسانی ہوگئی۔ اسی طرح ہم روزانہ گیارہ بار سورۂ قریش پڑھتے ہیں اگر پرس یا موبائل نکل جائے تو گاڑی سے مل جاتا ہے یا کوئی لا کر دے دیتا ہے۔

جوہر شفاء مدینہ

ایک بار والدہ نے تھادل بھیجی جو میں نے اس وقت استعمال نہیں کی' بھائی نے تھادل کی بوتل فریج میں رکھ دی۔ یہ تھادل خراب تھا جب استعمال کیا تو الٹیاں لگ گئیں' پانی جسم میں رکتا نہیں تھا۔ میں نے جوہر شفاء مدینہ استعمال کی اس سے فائدہ ہوا۔

قبلہ حکیم جناب محمد طارق محمود عبقری دامت برکاتہم العالی 10 جون 2010ء کو کراچی تشریف لائے تھے حضرت کے حکم پر احباب نے اپنے اپنے واقعات سنائے جو کہ تحریر کردیئے ہیں ان کے نام یاد تھے۔ باقی احباب جن کے نام معلوم نہیں ان کے واقعات تحریر کرتا ہوں۔ جماعت کا وقت ہونے والا تھا میں گھر سے نکلا دعا پڑھی موٹر سائیکل کا بریک ٹوٹ گیا اور راڈ پھنس گیا سفر کی دعا کی بدولت اللہ نے حفاظت فرمائی اور میں محفوظ رہا۔

یَاحَافِظُ یَاحَفِیْظُ کے عمل سے حفاظت

یَاحَافِظُ، یَاحَفِیْظُ کا عمل میں نے ''مجھے شفاء کیسے ملی'' میں پڑھا تھا بندے نے اسے پڑھا اس کی برکت سے اللہ نے میری اس طرح حفاظت کی کہ ایک دفعہ اسلام آباد سے آرہا تھا ڈرائیور اور کنڈیکٹر نیند کی وجہ سے اونگھ رہے تھے جس کی وجہ سے آگے آنے والی موٹر سائیکل سے ٹکرا گئے۔ میری زبان پر یہ ذکر یَاحَافِظُ، یَاحَفِیْظُ جاری تھا۔ صرف گاڑی کا شیشہ ٹوٹا باقی سب محفوظ رہے۔

بیٹیوں کے رشتے کیلئے خاص عمل

میری چار بیٹیوں کے رشتے نہیں ہورہے تھے۔ دو انمول خزانے تینوں بہنوں نے پڑھے ایک ماہ میں ان کی شادیاں ہوگئیں۔ اسی طرح میں سفر میں انمول خزانہ نمبر 2 پڑھتا رہتا ہوں۔ ایک دفعہ اسی طرح ہوا کہ میں موٹر سائیکل پر جارہا تھا کہ سامنے سے ایک موٹر سائیکل والے نے اچانک غلط ٹرن لیا۔ مجھے اللہ نے بچایا۔ میری خوف سے آنکھیں بند تھیں۔ آنکھ کھولی تو موٹر سائیکل سیدھی تھی اور کوئی حادثہ نہیں ہوا۔

سفر کی دعا سے حفاظت

ایک دفعہ میں دادو گیا ہوا تھا واپسی پر چونکہ یہاں پر سورج غروب ہونے کے بعد سواری نہیں ملتی' مغرب کا وقت ہوگیا میں پھوپھی کے گھر چلا گیا واپسی پر پھوپھی زاد بھائی چھوڑنے آیا (بس سٹاپ پر) مغرب کی نماز پڑھ کر سفر کی دعا پڑھی ساتھ ہی ایک دعا (وماقدر اللہ) پڑھ کر روڈ کراس کرنے لگے میں نے کزن کو کہا بھی تھا کہ احتیاط سے روڈ کراس کرنا مگر اس نے احتیاط نہ کی سامنے کوسٹر آرہی تھی۔ بھائی نے جیسے ہی روڈ کراس کرنا چاہا اچانک سامنے کوسٹر آگیا اور تیزی سے کوسٹر سنبھلتے سنبھلتے روڈ سے

نیچے اتر گئی ہم بھی محفوظ رہے اور دعا کی برکت سے کوسٹر کے مسافر بھی محفوظ رہے۔

سورۂ کوثر کا مجرب عمل

7 بار سورۂ کوثر پڑھ کر سواری کا انتظار کریں جلد ہی اللہ تعالیٰ سواری کا انتظام کردیتے ہیں ایک دفعہ قربانی کا جانور لینے کیلئے گئے نماز کا وقت قریب تھا میں نے سورہ کوثر پڑھی اسی دوران ایک ٹیکسی والا آیا اور صرف سو روپے میں اس نے گھر پہنچا دیا۔

میری انگوٹھی گم ہوگئی تین بار سورۂ یٰسین پڑھی (یہ عمل مجھے حکیم صاحب نے بتایا تھا) تیسرے روز انگوٹھی گاڑی سے مل گئی۔

یَاحَفِیْظُ یَاوَکِیْلُ یَاسَلَامُ سے حفاظت

بھائی محمد شفیع سکھر والے فرماتے ہیں کہ یَاحَفِیْظُ یَاوَکِیْلُ یَاسَلَامُ 11 بار پڑھ کر موٹر سائیکل پر سوار ہوتا ہوں اس کی برکت سے ہر قسم کی حفاظت میں رہتا ہوں۔ اسی طرح ایک گھر میں چار بیٹیاں تھیں جن کے رشتے نہیں ہو رہے تھے انہیں دو انمول خزانے پڑھنے کو عرض کیے اس عمل کی برکت سے تینوں کے رشتے ہوگئے ایک دوسرے بھائی کہتے ہیں کہ موٹر سائیکل کی سواری کے دوران میں خزانہ نمبر 2 پڑھتا ہوں ایک دفعہ گرومندر کراچی کے قریب ایکسیڈنٹ ہوگیا اللہ نے اس عمل کی برکت سے حفاظت فرمائی۔

آیت الکرسی کے کمال

میں آیت الکرسی پڑھتا رہتا ہوں۔ ایک مرتبہ میری گاڑی میں NOC تھا۔ پولیس چیکنگ کے دوران باقی گاڑیوں کو تو چیک کیا مگر میرے پاس آئے تک نہیں۔ اسی طرح میری عادت ہے کہ میں سامان کی رسیدیں لے لیتا ہوں ایک بار رسیدیں بھی بھول گیا اور آیت الکرسی پڑھنا بھی یاد نہ رہا۔ راستے میں پولیس والے نے روکا میرے پاس رسیدیں نہ تھیں مجھے اترنے کا کہا میں نے اترتے ہوئے آیت الکرسی پڑھنا شروع کردی پولیس والے نے کہا چلو کوئی بات نہیں اگلی مرتبہ چیک کرادینا اسی طرح میں نے نئی نئی موٹر سائیکل چلانا سیکھی تھی ایک دفعہ کوچنگ پڑھانے کیلئے موٹر سائیکل پر جا رہا تھا راستے میں ایک خاتون کو بچاتے ہوئے نالے کے ساتھ جا ٹکرایا لوگ حیران تھے کہ یہ کیسے بچا اور میں جانتا ہوں کہ یہ میری دعا سے ہوا جو کہ میں نے سوار ہوتے ہوئے پڑھ لی تھی۔

اسی طرح ایک بار آیت الکرسی پڑھ کر 120 کی سپیڈ پر گاڑی چلا رہا تھا گاڑی تین سے چار بار کلٹی ہوئی مگر کسی کو خراش تک نہ آئی۔ ہر فرض نماز کے بعد سورۂ فاتحہ اور آیت الکرسی پڑھی۔ بچی کا رشتہ نہیں آرہا تھا اس عمل کی برکت سے مسئلہ حل ہوا۔ بچی کا رشتہ ہوگیا۔ اسی طرح ایک مرتبہ بندہ بینک سے رقم نکلوا کر واپس آرہا تھا ڈاکو جو کہ بینک سے ہی پیچھے لگ گئے تھے بالکل قریب آئے پتہ نہیں ان کے دل میں کیا آیا واپس لوٹ گئے۔ یہ آیت الکرسی اور آخر کی چھ سورتوں کی برکت سے ہوا اسی طرح ایک مرتبہ راہ چلتے ہوئے ایک گائے نے ٹکر ماری قمیض پھٹ گئی پر مجھے خراش تک نہیں آئی۔ ایک بار وین خریدی ایجنسی میں کہیں جانا تھا آیت الکرسی پڑھتا رہا۔ گلستان جوہر سے یوپی موڑ تک آیا۔ ٹریفک بہت جام تھی۔ حادثہ ہوگیا لیکن اللہ کے فضل و کرم سے کسی قسم کی خراش تک نہ آئی۔

یَانَافِعُ کا کمال

ایک مجرب عمل یَانَافِعُ سات مرتبہ پڑھنے سے خرید وفروخت کریں کبھی نقصان نہیں ہوگا۔

ایک اور صاحب نے اپنے واقعات سنائے جو یہ ہیں:۔

ایک بار سورۂ قریش پڑھتے ہوئے میں موٹر سائیکل پر سوار کہیں جا رہا تھا پیچھے سے کسی نے اپنی گاڑی میری موٹر سائیکل سے ٹکرا دی جس سے موٹر سائیکل میرے نیچے سے نکل گئی اور میں اس طرح گرا کہ مجھے خراش تک نہ آئی۔ اسی طرح ایک مرتبہ سفر کی دعا پڑھ کر موٹر سائیکل پر سوار ہوا اچانک دو گڑھے سامنے آگئے موٹر سائیکل موڑ دی اور اللہ کے فضل وکرم سے محفوظ رہا۔ ہر ہفتے ایک بار لازمی ایکسیڈنٹ ہوتا ہے مگر آیت الکرسی اور سفر کی دعا پڑھنے سے خراش تک نہیں آتی۔

ایک دوست نے اپنا مجرب عمل بتایا کہ چاہے جتنا بھی شدید ایکسیڈنٹ ہو اگر جیب میں مسواک ہوگی تو ہڈی نہیں ٹوٹے گی چاہے جسم لہولہان ہو جائے۔

اسی طرح مجھے الرجی کی شکایت ہے (کیلے سے) لیکن میں جب گیارہ مرتبہ بسم اللہ (مکمل) پڑھ کر کیلا کھاتا ہوں تو الرجی نہیں ہوتی۔

اسی طرح ایک اور صاحب فرماتے ہیں کہ میرا گیارہ سال سے یہ معمول ہے کہ جب گھر سے نکلتا ہوں تو بِسْمِ اللّٰہِ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ پڑھ لیتا ہوں جس کی وجہ سے ایکسیڈنٹ نہیں ہوتا اور اگر کبھی ہو بھی جائے تو مجھے خراش تک نہیں آتی۔

بریگیڈیئر نیازی

ایک مرتبہ موٹر سائیکل پر سفر کے دوران خزانہ نمبر دو پڑھتا رہتا ہوں ایک دفعہ گرومندر کے قریب ایکسیڈنٹ ہوگیا اللہ نے حفاظت فرمائی۔ بندہ بالکل محفوظ رہا۔ بھائی عادل کے والد صاحب فرماتے ہیں کہ میں بریگیڈیئر نیازی کے ہاں ڈرائیور تھا ایک دفعہ گاڑی سروس کروانے کیلئے مزار جناح کے پاس گاڑی کی سیٹ کے نیچے دیکھا تو وہاں پر 12 سو روپے رکھے ہوئے ملے۔ میں نے واپس آکر بیگم صاحبہ کو بتایا کہ اس طرح مجھے گاڑی کی سیٹ کے نیچے سے 12 سو روپے پڑے ہوئے ملے ہیں۔ یہ لیں بیگم صاحبہ بڑی حیران ہوئیں اور کہنے لگیں کہ میں روزانہ بسم اللہ پڑھتی ہوں۔ پھر مجھے 50 روپے انعام کے طور پر دیئے اس وقت میری مہینے کی تنخواہ پانچ سو روپے تھی۔

ایک دیگر بزرگ اپنا واقعہ سناتے ہیں کہ میں نے آیت الکرسی اور قرآن شریف کی آخری چھ سورتیں پڑھیں۔ رمضان المبارک کی دو تاریخ تھی۔ میں اور میرا بیٹا پیسے لیکر چلے سامنے ہی دو لڑکے پسٹل لیے کھڑے تھے۔ اللہ نے ان کو ایسا اندھا کردیا کہ ہم ان کے درمیان سے عافیت سے گزر گئے۔

اللہ تعالیٰ نے اپنے نام اور اپنے کلام پاک میں بے انتہا تاثیر رکھی ہے یہ ساری کائنات اور کارخانہ قدرت اسی ذات کریم کے نام کی برکت سے قائم و دائم ہے۔ حدیث شریف میں اسی بات کو یوں بیان فرمایا گیا ہے۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ قیامت اس وقت تک قائم نہ ہوگی جب تک یہ حالت ہو جائے کہ اللہ اللہ نہ کیا جائے۔ قرآن مجید کی آیات طیبہ، احادیث مبارکہ اور اسمائے الٰہی پر مبنی تاثیر اور ان سے روحانی اور جسمانی علاج میں استفادہ ایسی محسوس اور روزمرہ کے مشاہدے میں آنے والی چیز ہے اگر انسان کا دل بالکل ہی مادہ پرستی کا شکار ہو کر روحانی اثرات سے عاری نہ ہو چکا ہو اس کا انکار ناممکن ہے خود قرآن مجید نے دو مقامات (سورۂ یونس آیت نمبر 157 سورۂ بنی اسرائیل آیت نمبر 80) پر اپنے آپ کو شفاء کہا ہے مفسرین کے مطابق یہ لفظ عام ہے اور اس کو روحانی شفاء کے ساتھ مختص کرنا محض ایسا دعویٰ ہے جس کی کوئی دلیل نہیں بلاشبہ اصل

شفاء بخشنے والی ذات تو اسی پروردگار عالم کی ہے جس کے بارے میں حضرت ابراہیم علیہ السلام نے فرمایا تھا ''اور جب میں بیمار ہوتا ہوں تو وہی مجھے شفاء بخشتا ہے'' لیکن دنیا چونکہ اسباب کے ذریعے چل رہی ہے جس طرح دیگر مختلف نسخوں اور ادویات میں اللہ تعالیٰ نے شفاء رکھی ہے اسی طرح مختلف عملیات میں بھی یہ تاثیر اسباب کے درجے میں موجود ہے خود رسول اکرم ﷺ سے کئی احادیث شریف میں دم کرنا اور دوسروں کو اجازت مرحمت فرمانا ثابت ہے۔

فلق اور ناس کی برکت

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا آپ ﷺ کا معمول نقل کرتے ہوئے فرماتی ہیں کہ جب آپ ﷺ بیمار ہوتے تو سورۃ الفلق اور سورۃ الناس پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیتے تھے جب آخری دنوں میں تکلیف بہت بڑھ گئی تو میں خود آپ ﷺ پر یہ سورتیں پڑھا کرتی قرآن پاک کی وہ آیات جنہیں علماء کرام منزل کا نام دیتے ہیں جادو اور آسیب کے علاج میں حرف آخر ہیں ان آیات کو پڑھنا' دم کرنا' تعویذ بنا کر باندھنا سب ہی کے بے شمار فوائد ہیں' اس کے علاوہ ان آیات کو پڑھنے سے اور بھی بہت سارے فوائد حاصل ہوتے ہیں اور دینی و دنیوی مشکلات سے نجات ملتی ہے۔

اس مفید تمہید جو کہ ایک اللہ والے کے اپنے الفاظ میں ہے لکھنے کے بعد اب اپنے ذاتی واقعات و مشاہدات کو تحریر کرتا ہوں کہ کیسے محض اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے اس بابرکت عمل کو کرنے سے ان کو جادو و سحر اور جنات کے شیطانی اثرات سے نجات ملی۔ احقر کے بڑے بھائی چند سال قبل اپنے ہم زلف کے بیٹوں سے اپنی بیٹیوں کے رشتے طے کرنا چاہتے تھے والدین اور سب بہن بھائیوں نے اس جگہ رشتے دینے پر اپنی ناراضگی کا اظہار کرتے ہوئے منع کیا جس کی وجہ یہ تھی کہ عرصہ دراز سے کبھی نہیں بنی اب کیسے بنے گی؟ اس کے باوجود بڑے بھائی نے سب کی ناراضگی مول لے کر دونوں بیٹیوں کا نکاح اپنے ہم زلف کے دونوں بیٹوں سے کر دیا۔ چند مہینے خیر خیریت سے گزر گئے پھر وہی ہوا جس کا خدشہ تھا کبھی کسی بات پر لڑائی کبھی کسی بات پر دونوں لڑکے کوئی کام نہیں کرتے۔ بچیاں کبھی ماں باپ کے گھر' کبھی نانی کے گھر بات بڑھتے بڑھتے بہت آگے تک چلی گئی۔ چھوٹی بچی کی بنسبت بڑی بچی کے شوہر کچھ نہ کچھ ان کے ساتھ بہتر تھے۔ چھوٹی کے ساتھ معاملہ زیادہ خراب تھا۔ اچانک ایک دن احقر کو والدہ کا فون آیا انہوں نے بڑی بچی کو طلاق دے دی ہے اور چھوٹی کو ویسے ہی گھر سے نکال دیا ہے کہ تجھے ہم طلاق نہیں دیں گے خوب ذلیل و خوار کریں گے۔

بندے کو بڑا ہی صدمہ ہوا' بندہ نے امی کو تسلی دیتے ہوئے کہا کہ اللہ مالک ہے لیکن جس انداز سے انہوں نے یہ سلوک کیا ہے اس سے تو یوں لگتا ہے جیسے اس نے ہم سے کوئی ناکردہ جرم کا انتقام لیا ہے امی نے فرمایا کہ ہاں بیٹا خود اس نے بھی یہی کیا ہے کہ ہم نے بدلہ لیا ہے کیا بدلہ' بہن بھائیوں کی آپس کی لڑائی (ان کی والدہ ہمارے والد دونوں بہن بھائی ہیں) اس میں ان کی اولاد کی اولاد کا کیا قصور ہے۔ بہن بھائی لڑتے بھی ہیں' ملتے بھی اور اب بھی یہ دونوں بہن بھائی ایک دوسرے سے ملتے ہیں۔ بات کرتے ہیں' ایک دوسرے کے گھر آتے جاتے ہیں بہرحال بھائی کے ہم زلف نے اتنا خیال بھی نہیں کیا کہ بھائی سے کتنے رشتے ہیں۔

مٹھائی کھلا دی

چھوٹی بچی جس کا نام مریم ہے اور پیار سے سب اسے چندہ کہتے ہیں' یہ اپنی نانی کے گھر گئی ہوئی تھیں کہ وہاں پر ان کی کسی عزیزہ نے انہیں جادو کی ہوئی مٹھائی کھلا دی اس مٹھائی کا کھانا تھا کہ وہ چندہ جو کل تک کسی بھی صورت اپنے سسرال جانا نہیں چاہتی تھی اور کہتی تھی کہ مجھے مرجانا تو منظور ہے ان کے گھر جانا منظور نہیں ابو اگر مجھے دو وقت کی روٹی نہیں دے سکتا تو میں چاچو کے پاس کراچی چلی جاؤں گی لیکن اپنے سسرال نہیں جاؤں گی۔ آج مٹھائی کے کھاتے ہی بری طرح رونا شروع کر دیا اور بار بار دروازے کی طرف جاتی اور کہتی کہ مجھے میرے خالو (ان کے سسر) خالو بلا رہے ہیں میری خالہ مجھے آوازیں دے رہی ہے' بڑی مشکل سے ان کی چھوٹی خالہ اور خالو نے اسے قابو میں کیا اور دروازے کو تالا لگا دیا اور پھر بڑے بھائی کو فون پر اطلاع دی ساری بات بتا کر کہا کہ آپ آ کر لے جائیں بات ہمارے بس سے باہر ہے۔ بھائی نے جیسے ہی یہ خبر سنی فوراً ٹیکسی کروا کر اسے لینے کیلئے روانہ ہوئے اور راستے میں مجھے فون کر کے ساری صورتحال سے آگاہ کیا اور مجھے کہا کہ آپ فوراً تشریف لائیں اور چندہ کیلئے کچھ کریں ہم سب گھر والے بڑے پریشان ہیں آپ آئیں گے تو کام بنے گا۔ میں نے انہیں خوب تسلی دی اور کہا کہ آپ کسی قسم کی فکر نہ کریں بس اللہ کریم سے دعا کریں انہیں لیکر گھر آئیں بندہ بھی ایک عمل کرتا ہے آپ کو بھی بتاؤں گا آپ بھی وہ عمل کرنا انشاء اللہ سب ٹھیک ہو جائے گا۔ ضرورت پڑی تو پھر میں آجاؤنگا فی الحال آپ انہیں فلاں قاری صاحب کے پاس لے جائیں ان سے میرا نام لینا وہ بڑے پرہیزگار اور متقی انسان ہیں وہ انہیں دم کر دیں گے' بہرحال ان سے مسلسل فون پر رابطہ تھا۔ چندہ کو قاری صاحب سے دم کروا کر کنڈیارو آگئے وہ رات اور اگلا دن خیریت سے گزر گیا اگلے دن مغرب کی نماز کے بعد چھوٹے بھائی غلام مصطفیٰ کا فون آیا فون پر بڑے شور شرابے اور چیخ و پکار کی آوازیں آرہی تھیں۔ دھڑکتے دل کے ساتھ پوچھا کہ چندہ کا کیا حال ہے بھائی نے کہ آپ خود سن لیں میں فون چندہ کے پاس لیکر جاتا ہوں۔

سب جادو بھاگ جائے

چندہ کہہ رہی تھی مجھے چھوڑ دو میں نے خالو کے گھر جانا ہے یہ کہے جا رہی تھی اور بری طرح رو رہی تھی تڑپ رہی تھی' اس کے ساتھ ہی سب گھر والے بے بسی سے رو رہے تھے اسے سنبھال رہے تھے چھوٹے بھائی نے بتایا کہ ان کے شوہر پڑوس میں کسی کو کہہ رہے تھے کہ ہم نے اس پر جادو کیا ہے یہ خود چل کر ہمارے گھر آئے گی یا ایسے ہی تڑپ تڑپ کر مر جائے گی۔ میں نے فون امی کو دینے کا کہا اور پھر امی سے گزارش کی آپ کسی قسم کی فکر نہ کریں اور چھوٹے بھائی کو بھی سمجھائیں کہ وہ جذبات میں آکر کوئی قدم نہ اٹھائیں میری آپ سب سے گزارش ہے کہ نہ کسی سے لڑنا ہے اور نہ چندہ کو کسی بھی عامل کے پاس لے کر جانا ہے اور نہ ہی کسی کو گھر پر بلانا ہے آپ نے صرف ایک عمل کرنا ہے سب گھر والے خاص طور پر والد صاحب منزل پڑھ کر پانی پر دم کر کے اسے پلائیں اور چہرے پر چھڑکیں اور دعا کریں اور گھر سے تصویریں وغیرہ اگر ہیں تو نکال دیں تسلی رکھیں انشاء اللہ سب ٹھیک ہو جائے گا میں بھی دعا کرتا ہوں اور ایک عمل بھی کرونگا سب جادو وغیرہ بھاگ جائے گا۔

رات بندہ تھکاوٹ کی وجہ سے جلدی سو گیا عمل نہ کر سکا صبح نماز فجر کے بعد دو رکعت نماز صلوٰۃ الحاجات پڑھی اس کے بعد منزل پڑھی پھر اس کے بعد حدیقۃ الصافی اسماء النبی المصطفیٰ فی اسماء النبی المصطفیٰ ﷺ نامی کتاب جسے آج سے تقریباً تین سو سال قبل شاہ ولی اللہ رحمۃ اللہ علیہ کے ہم عصر اور سندھ کے مشہور محدث اور بزرگ عالم دین حضرت علامہ سید مخدوم ہاشم ٹھٹھوی سندھی رحمۃ اللہ علیہ نے تحریر فرمایا جن

کی قبر مبارک ٹھٹھہ کے مکلی کے قبرستان میں ہے اور باوجود سخت گرمی کے بھی ٹھنڈی رہتی ہے اس کتاب کو (الرازی) شعبہ تحقیق وتصنیف جامعہ قدسیہ کراچی نے اعلیٰ ترین میٹ پیپر پر 4 کلر میں شائع کیا ہے نبی اکرم ﷺ کے ہر نام کو درود شریف کے ساتھ مزین کیا ہے اس کے ہر صفحہ پر قصیدہ بردہ شریف کا ایک شعر بھی تحریر ہے۔خاتمہ مسک کے طور پر آنحضرت ﷺ کے ان جاں نثار صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے اسماء جو غزوہ بدر میں شریک ہوئے شامل تحریر ہیں جن کی خاصیت یہ ہے کہ ان کے نام لیکر جو دعا مانگی جائے اللہ تبارک وتعالیٰ اسے قبول فرماتے ہیں۔

قصیدہ بردہ شریف

کتاب کشف الباری (کتاب المغازی) کے مصنف اپنی اس کتاب میں تحریر فرماتے ہیں کہ بدری صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے توسط سے جو دعا مانگی جائے اللہ تبارک وتعالیٰ قبول فرماتے ہیں یہ نہایت ہی مجرب عمل ہے (بندہ انشاء اللہ اس مجرب عمل کے واقعات جو کہ انتہائی دلچسپ اور حیرت انگیز ہیں ماہنامہ عبقری کے محترم قارئین کیلئے تحریر کرے گا) بہر حال بندہ نے اس کے مکمل اسماء النبی ﷺ جو کہ 1177 ہیں انہیں پڑھا قصیدہ بردہ شریف کے اشعار پڑھے آخر میں اسماء بدرین رضی اللہ تعالیٰ عنہ پڑھ کر دعا کی عاجز کو اس عمل کے کرنے میں ساڑھے چار سے پانچ گھنٹے صرف ہوئے دل کو اطمینان نصیب ہوا اور بڑی بے فکری کے ساتھ ناشتہ کیا اور بڑے سکون کے ساتھ کنڈیا روفون کیا۔

والدہ محترمہ نے فون پر بات کی بندے نے چندہ کا پوچھا امی نے اللہ کا شکر ادا کرتے ہوئے بتایا کہ الحمدللہ ان کی طبیعت بالکل ٹھیک ہے اللہ نے بڑا کرم کیا ساتھ ہی امی نے یہ بھی ارشاد فرمایا کہ اگر یہ واقعہ کسی اور کے ساتھ پیش آتا تو پتہ نہیں کس کس کے دروازے پر کن کن مزاروں پر کون کون سی جگہ پر انہیں لے کر جاتے اور گھر پر پتہ نہیں کتنے عاملوں کو بلایا جاتا یہ قرآن پاک کی برکت ہے کہ گھر بیٹھے اللہ کریم نے انہیں شفاء دے دی۔الحمدللہ بندہ نے چندہ سے بات کروانے کی عرض کی تو والدہ نے انہیں فون دے دیا ان کی ہنستی مسکراتی آواز سے چاچو جی السلام علیکم کہنا دل کی گہرائیوں سے الحمدللہ کہنا حیران کر گیا کل پرسوں والی چیختی چلاتی چندہ تو لگتی نہیں تھی بندے نے کہا بیٹا آپ کا جن اتر گیا نا اب اگر چاہتی ہو تو کہ یہ جن ہمیشہ اترا رہے تو بیٹا نماز کی پابندی کریں اور تلاوت کلام پاک روزانہ کیا کریں۔آج الحمدللہ اس واقعے کو تین ماہ کے قریب ہو گئے الحمدللہ آج تک طبیعت بالکل ٹھیک ہے یہ صرف اور صرف اللہ کے فضل وکرم اور منزل اور اسماء النبی ﷺ کی برکت سے ہوا۔جیسا کے چند شمارے پہلے ہمارے مرشد واستاد جناب حکیم طارق محمود عبقری مجذوبی مدظلہ العالیٰ نے ایک صاحب کا ذکر کیا تھا کہ انہوں نے کس طرح حاجیوں کی خدمت عبادت سمجھ کر کی پڑھ کر عقل حیران ہوئی سائیں کا مقصد تھا کہ ہر کوئی ان سے مستفید ہو جائے بندہ میں اسی نیت سے اس کتاب کا تعارف اسماء النبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کروا رہا ہے اور اسی کے اقتصابات ملاحظہ فرمائیں۔اس مبارک کام کے دوران بعض ایسے امور بھی پیش آئے جن کا ذکر نہ کرنا بے انصافی ہوگا اللہ تبارک وتعالیٰ غریق رحمت کرے بھائی احمد شاہ مرحوم کو کہ کتابت مکمل ہونے کے چوتھے روز انتقال فرما گئے تھے انتقال کے بعد انہیں خواب میں دیکھا گیا کہ انتہائی خوش وخرم اور عمدہ لباس میں ہیں پوچھنے پر انہوں نے یہ بھی کہا کہ اللہ تبارک وتعالیٰ نے میرے ساتھ بہت اچھا معاملہ فرمایا ہے۔

☆ پہلی مرتبہ اسکینگ کے بعد جب صفائی ہو چکی تو کام آگے بڑھنے سے پہلے پتہ چلا کہ صفائی میں کچھ کمی رہ گئی ہے جس میں ایک رائے یہ آئی کہ اسی پر اکتفا کیا جائے کیونکہ اس پر زرکثیر خرچ ہو چکا تھا مگر بھائی اجمل جو اس معاملے میں ہمارے ذمہ دار ہیں انہوں نے خواب میں اپنے آپ کو ریاض الجنہ میں پایا اور دیکھا کہ ایک بزرگ آپ ﷺ کا عصا مبارک لیے چلے آرہے ہیں انہوں نے عرض کیا مجھے بھی اس کی زیارت کرا دیجئے تو دیکھا اس پر گرد وغبار جمع ہے۔انہوں نے اس عصا مبارک کو اپنے چہرے سے صاف کیا اس کے بعد دیکھا کہ منبر مبارک پر بھی گرد وغبار تھا اسے بھی اپنی ڈاڑھی اور پیشانی سے صاف کیا اس پر ان کی آنکھ کھل گئی پھر یہی فیصلہ ہوا کہ اس کی سکینگ وصفائی کا کام نئے سرے سے کیا جائے۔

بدری صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم

ہمارے محسن ومشفق جناب صوفی ندیم صاحب سے جب بدری صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم کے حوالے سے تذکرہ کیا کہ آیا ان کو بھی شامل کتاب کر لیا جائے یا نہیں تو اس پر انہوں نے جواب دیا کہ یہ کتاب جناب رسول اکرم ﷺ کے ناموں پر مشتمل ہے لہٰذا شامل نہ کیا جائے تو اگلے دن انہوں نے بتایا کہ بھائی نوید رات مجھے خواب میں بہت ڈانٹ پڑی لہٰذا آپ بدری صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم کے ناموں کو بھی شامل کتاب کر دیں بہر حال چند فوائد مولانا موسیٰ خان روحانی البازی رحمتہ اللہ علیہ نے ان اسماء کو اپنی کتاب برکات مکیہ میں ان الفاظ میں تحریر فرمائے ہیں۔1۔ہر مشکل آسان ہوگی۔2۔لا علاج بیماری اور ہر مرض سے شفاء ہوگی۔3۔تجارت وکاروبار میں بہت برکت ہوگی۔4۔مقدمہ میں کامیابی ہوگی۔5۔سحر اور جادو کا اثر کاروبار مال اور گھر کے افراد سے زائل ہوگا۔6۔جنات کی شرارت سے خلاصی ہوگی۔7 عقیمہ عورت یا بے اولاد مرد پڑھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ کے فضل وکرم سے اولاد حاصل ہو۔8۔نرینہ اولاد سے محروم شخص پڑھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ کے فضل سے بیٹا پیدا ہوگا۔9۔سفر میں کامیابی وسلامتی حاصل ہوکر واپسی بخیر ہوگی۔10۔سفر یا حضر میں اپنے پاس رکھنے سے ہر شرو آفت سے سلامتی حاصل ہوگی۔11۔ملازمت بسہولت حاصل ہوگی۔12۔غیر شادی شدہ کی جلدی شادی ہوگی اور پیغام نکاح قبول ہوگا۔13۔دلوں کو مسخر وتابع بنانے کیلئے نہایت مفید ونافع ہے۔14 گمشدہ چیز جلد ملے گی باذن اللہ 15۔دشمنوں اور اہل بدعت پر غلبہ حاصل ہوکر ان کا ہر شر دفع ہوگا۔16۔ملازمت میں ترقی حاصل ہوگی۔

17۔جس گھر میں یہ کتاب موجود ہو تو درود شریف واسماء نبویہ ﷺ کی برکت سے اس گھر کے باشندے بڑے مصائب حوادث غم چوری ڈاکے اور آگ لگنے سے محفوظ ہوں گے انشاء اللہ تعالیٰ۔18۔طالب علم پڑھے تو علم میں برکت وامتحان میں کامیابی ہوگی۔19۔حج وعمرہ کی نیت سے پڑھے تو اللہ تبارک وتعالیٰ حج وعمرہ کی توفیق دیں گے۔20۔خواب میں نبی اکرم ﷺ کی زیارت حاصل ہونے کی زیادہ توقع ہے۔

☆سفر یا حضر میں اپنے پاس رکھنے سے ہر شرو آفت سے سلامتی حاصل ہوگی اس کا تجربہ تو کتاب کے لیتے ہی ہو گیا وہ ایسے کہ پہلی مرتبہ جب اس کتاب کا اشتہار روزنامہ اسلام میں پڑھا تو کتاب دیکھنے کا اشتیاق پیدا ہوا ایک دوست کو کتاب لینے کیلئے تیار کیا۔

کتاب کی برکت

علامہ بنوری ٹاؤن مکتبہ الرازی والوں کے پاس آئے یہ کتاب اور چند دوسری کتابیں لیکر واپسی کیلئے روانہ ہوئے میرے دوست کا روٹ دوسرا تھا وہ یہاں سے جدا ہو کر دوسری سواری سے اپنی منزل کو روانہ ہوئے بندے کو سبزی منڈی رشتے داروں میں کام تھا۔ سواری میں سوار ہوا سواری میں سیٹیں سب پر تھیں لوگ کھڑے ہوئے تھے سب سے آخر والی سیٹ پر پانچ سواریاں بیٹھی ہوئیں تھیں ان میں سے دو آدمیوں نے مجھے بیٹھنے کیلئے کہا اور ساتھ ہی ایک آدمی فوراً یہ کہتے ہوئے کھڑا ہو گیا کہ مولوی صاحب تشریف رکھیں بندہ نے بڑا اصرار کیا کہ آپ تشریف رکھیں میری منزل زیادہ دور نہیں ہے صرف 15-20 منٹ کی بات ہے لیکن وہ نہیں مانا اور زبردستی مجھے سیٹ پر بٹھا دیا بندہ نے کتابیں گود میں رکھیں اور بسم اللہ پڑھ کر بیٹھ گیا اور کتابوں کی دنیا میں کھو گیا۔

اچانک مجھے محسوس ہوا کہ میرے برابر بیٹھے ہوئے میرے محسن کا ہاتھ میری سائیڈ والی جیب میں جارہا ہے مجھے فوراً خطرے کا احساس ہوا اور ساتھ ہی آج سے دو سال پہلے کا واقعہ مجھے یاد آ گیا جب اسی طرح ایک شخص نے بھری کوچ میں جہاں تل دھرنے کیلئے جگہ نہیں تھی آگے پیچھے سے زور لگا کر میرے لیے جگہ بنا کر مجھے کہا مولوی صاحب یہاں بیٹھ جائیں بندہ اس کا شکریہ ادا کر کے بیٹھ گیا اور دل ہی دل میں اسے دعائیں دے رہا تھا وہ تو گھر جا کر پتہ چلا کہ وہ تو مولوی صاحب کی جیب کاٹ کر اسے 13 ہزار سے محروم کر گیا ہے۔ بہرحال بندہ نے ایک نظر اس کی طرف دیکھا اور اپنی سائیڈ کی جیب سے موبائل نکال کر ویسے ہی ٹائم دیکھ کر اگلی جیب میں رکھ لیا میں نے صاف سنا وہ اپنے ساتھی سے آہستہ سے کہہ رہا تھا بندہ ہوشیار ہے اور جب ان کا داؤ نہ چلا تو مجھے اگلی سیٹ پر بیٹھنے کو کہا جو کہ کسی مسافر کے اترنے سے خالی ہوئی تھی بندہ نے عرض کی میں یہیں ٹھیک ہوں انہوں نے کہا کہ مولوی صاحب ہم سب دوست ایک جگہ بیٹھ جائیں گے آپ مہربانی کر کے آگے تشریف لے جائیں بندہ شکریہ کہہ کر مسکراتے ہوئے آگے بیٹھ گیا بہرحال اس بابرکت کتاب کی برکت سے بندہ نقصان سے محفوظ رہا۔

ایک سیاسی جماعت کی قیادت کے قتل پر پورے ملک میں لوٹ مار کا بازار گرم ہوا۔ اس دوران بندہ کراچی میں تھا۔ قیامت صغریٰ کا منظر تھا ہزاروں لوگ افراتفری کے عالم میں بھاگ رہے تھے ہزاروں گاڑیاں ٹریفک میں پھنسی ہوئیں تھیں بندہ کا یہ موضوع نہیں بندہ تو منزل کے واقعات تحریر کرنا چاہتا ہے بندے نے اپنے بڑے بھائی عاشق رسول سے عرض کی بندہ منزل پر واقعات تحریر کرنا چاہتا ہے دعا فرما دیں کہنے لگے دعا تو میں کرونگا ہی لیکن ایک واقعہ میری طرف سے ہو جائے وہ یہ کہ کنڈیارو شہر میں اتنی تباہی و بربادی ہوئی کہ جس کا کوئی حساب نہیں سب دکانیں جلا دیں لیکن ان میں ایک ایسی دکان بھی تھی جس کا ذرے برابر بھی کسی قسم کا کوئی نقصان نہیں ہوا حالانکہ اس کے برابر والی دائیں بائیں جانب والی دکانیں مکمل جل کر راکھ ہو گئیں لیکن اسے کچھ نہ ہوا نہ لٹی اور نہ ہی جلی اور اس کی وجہ صرف اور صرف یہ تھی کہ اس دکان کے مالک کا ایک عرصہ سے منزل پڑھنے کا معمول ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ سب اسی منزل کی برکت سے ہوا ہے۔

ایک جاننے والے اور بڑے مخلص اور نیک صورت عالم باعمل مولانا احتشام الحق اسرار صاحب تشریف لائے جو کہ ہمارے حضرت مرشد کامل حکیم محمد طارق محمود عبقری سے بڑے متاثر ہیں اور غائبانہ طور پر حضرت کو ڈھیروں دعائیں دیتے ہیں ان سے اپنے مضمون منزل کیلئے کوئی واقعہ سنانے کا عرض کیا انہوں نے فرمایا کہ یہ منزل جادو اور آسیب کے علاج میں حرف آخر ہیں۔

منزل کی برکت سے ہوا

میرے ایک عزیز دوست جناب قاری حبیب الرحمٰن صاحب نے کسی فیکٹری میں ملازمت اختیار کی ان سے پہلے اس فیکٹری میں دو اور ملازم بھی کام کرتے تھے۔ انہوں نے جب قاری صاحب کو دیکھا انہیں اپنے لیے خطرہ محسوس ہوا کیونکہ یہ دونوں ملازم آپس میں ملے ہوئے تھے اور حساب کتاب میں گڑبڑ کرتے تھے خرچہ 500 ہوا تو ایک ہزار لکھ دیا آمدنی ایک لاکھ ہوئی تو 80 یا 90 ہزار لکھ دی۔

انہوں نے سوچا کہ اگر ہمارے سیٹھ نے ان قاری صاحب کو حساب کی جانچ پڑتال پر لگا دیا تو ہمارا پول کھل جائے گا۔ نوکری بھی جائے گی اور عزت بھی برباد ہو گی لہٰذا اسے کسی طریقہ سے راستے سے ہٹاؤ قاری حبیب الرحمٰن کہنے لگے ایک مرتبہ میرے سیٹھ نے مجھے ایک لاکھ روپے دیئے اور کہا کہ فلاں شہر میں فلاں بندے کو یہ دے آؤ اور ان دونوں ملازموں کے سامنے انہوں نے مجھے رقم گنتی کر کے دی میں وہاں سے چلا اور بس میں بیٹھ کر دوسرے شہر میں جا کر مطلوبہ شخص کو رقم دی اور موصول شدہ رسید لیکر واپس آ گیا اور اگلے دن فیکٹری میں آ کر سیٹھ کو کارگزاری سنائی فیکٹری کے دونوں ملازم مجھے حیرت سے دیکھ رہے تھے اس وقت میں نے کوئی خیال نہ کیا لیکن چھٹی کے وقت انہوں نے مجھے بٹھا لیا اور کہنے لگے کہ قاری صاحب آپ ہمیں معاف کر دیں' آپ کی بڑی مہربانی ہو گی۔ اللہ کریم آپ کو جزائے خیر دے گا۔ قاری صاحب نے بڑی حیرت سے پوچھا بھائی کس چیز کی معافی۔ آپ لوگوں سے تو مجھے کوئی شکایت نہیں ہے نہ ہی آپ لوگوں نے مجھ سے کوئی غلط قسم کا برتاؤ کیا ہے آپ تو پرانے ملازم ہیں میں تو کل یہاں آیا ہوں اگر مجھ سے کوئی غلطی کوتاہی ہو گئی ہے تو میں آپ سے معافی چاہتا ہوں۔ کہنے لگے نہیں آپ تو ماشاءاللہ بہت نیک ہیں' غلطی ہم سے ہوئی ہے۔

فیکٹری سے نکالا جائے

قاری صاحب نے پوچھا کہ بات کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ پہلے آپ معاف تو کریں بات بھی بتا دینگے۔ قاری صاحب نے کہا کہ میں نے آپ لوگوں کو معاف کیا اللہ تعالیٰ بھی معاف فرمائیں اب بتاؤ کیا بات ہے۔ انہوں نے بتایا کہ آپ جب سے آئے ہیں ہم ہر وقت پریشان رہتے ہیں کیونکہ ہم سے حساب کتاب میں غلطیاں ہو جاتی ہیں ہم ڈرتے رہتے ہیں کہ اگر سیٹھ نے آپ کو ہمارے بنائے ہوئے حساب کتاب کو چیک کرنے کا کہا اور آپ نے ہماری غلطیاں بلکہ فراڈ پکڑ لیا تو ہمارا کیا بنے گا۔ ہم نے کئی بار سوچا کہ آپ سے بات کی جائے اور آپ کو بھی اس کام میں حصہ دار بنایا جائے لیکن آپ کی شکل وصورت اور سیرت دیکھ کر ہمیں ہمت نہ ہوئی آپ سے بات کرنے کی۔ ہم سوچتے رہتے تھے کہ کسی طرح قاری صاحب کو فیکٹری سے نکالا جائے کوئی ترکیب سمجھ میں نہیں آ رہی تھی کہ کیسے نکالا جائے۔ جب سیٹھ نے آپ کو ایک لاکھ روپے دیئے کہ اسے فلاں شخص کو دے آؤ تو ہم دونوں نے مشورہ کر کے یہ پلان بنایا کہ کسی طرح اس سے رقم غائب کر دی جائے تو سیٹھ اس سے بدگمان ہو جائے گا ہمیں بھی پراپیگنڈا کرنے کا موقع مل جائے گا ہم کہیں گے کہ قاری صاحب تو ہیں ہی ایسے ویسے وغیرہ وغیرہ لہٰذا سیٹھ ان کو نوکری سے نکال دے گا۔

ہمارا بچاؤ ہو جائے گا ہم نے اس پلان کو عملی جامہ پہناتے ہوئے ایک کرائے کے قاتل سے بات کی اور اسے بتایا کہ اس کے پاس ایک لاکھ کی رقم ہے آپ نے اس سے یہ رقم بھی چھیننی ہے یا چوری کرنی ہے یہ رقم بھی آپ کی اور ہم بھی انعام دیں گے اگر یہ اس دوران مزاحمت کرے تو بے شک مار بھی دینا تاکہ قصہ ہی پاک ہو جائے ہم اپنے طور پر یہ کام کر کے بڑے مطمئن اور خوش تھے کہ کل اس کرائے کے قاتل نے آ کر اپنی ناکامی کی خبر سنائی تو ہماری ساری خوشیاں غارت ہو گئیں اور اس نے ہمیں جو بات بتائی اس سے ہم

ششدر رہ گئے اور ہمیں شدت سے اپنی غلطی کا احساس ہوا اور ہم سمجھ گئے کہ آپ کوئی بڑے ہی اللہ والے اور اس کے ولی ہیں۔ اس نے ہمیں بتایا کہ میں جیسے ہی کارروائی کرنے کیلئے قاری صاحب کے قریب جانے کی کوشش کرتا تو یکا یک قاری صاحب کے چاروں طرف ایک لوہے کی فولادی دیوار حائل ہو جاتی جس سے میں ڈر جاتا۔

میں نے کئی دفعہ تجربہ کیا جیسے ہی میں قریب ہوتا وہ چادر قاری صاحب کو گھیر لیتی مجھے بڑا خوف ہوا کہ یا تو یہ شخص کوئی جادوگر ہے یا پھر کوئی بہت بڑا اللہ والا ہے۔ میں نے اسی وقت اللہ سے توبہ کی اور فوراً واپس اپنے شہر آ گیا تو قاری صاحب یہ مسئلہ ہے' آپ ہمیں معاف کر دیں ہم سچے دل سے وعدہ کرتے ہیں کہ آئندہ ہم ہر کام ایمانداری سے کریں گے۔ قاری صاحب نے انہیں معاف کیا اور چند مفید نصیحتیں کرنے کے بعد بتایا کہ میں روزانہ منزل پابندی سے پڑھتا ہوں جو کہ قرآن شریف کی آیات پر مشتمل ہے اس کی برکت سے میں ہر بلا اور مصیبت سے بچا رہتا ہوں اور مزید یہ کہ رات کو میں جب منزل پڑھتا ہوں اور خود یہ مشاہدہ کرتا ہوں کہ جیسے کوئی آہنی دیوار گھر کے چاروں طرف تن گئی ہے۔

منزل پڑھنے سے بچے بچ گئے

ایک صاحب اپنے بیٹے کے علاج کیلئے تشریف لائے جہاں بندے نے اسے دوا دی وہیں ان سے یہ بھی عرض کی آپ اس بچے پر الحمد شریف پڑھ کر دم بھی کریں اس پر اس نے فرمایا کہ واقعی دم میں بڑی طاقت ہے اس پر میں ایک اپنا واقعہ سناتا ہوں۔ ان صاحب نے بتایا کہ میری بڑی بیٹی پیدا ہوئی الحمدللہ اب بھی بخیر و عافیت ہے' صرف یہ لڑکی خیریت سے پیدا ہوئی اس کے بعد چار بچے دوران حمل ہی (پیدائش سے پہلے) وفات پا گئے کوئی 4 ماہ کا اور کوئی 5 ماہ کے دوران جب یہ چھٹا لڑکا جس کی عمر اب 18 سال ہے' اپنی والدہ کے پیٹ میں تھا تو میری ایک گراؤنڈ کے قریب ایک بزرگ صورت فقیر سے ملاقات ہوئی گفتگو کے دوران میں نے ان سے اپنے مسئلے کا ذکر کیا کہ کس طرح دوران حمل ہی بچے انتقال کر جاتے ہیں۔ انہوں نے مجھے ایک جگہ ملاقات کیلئے وقت دیدیا۔ بندہ مقررہ جگہ پر گیا ان سے ملاقات ہوئی انہوں نے مجھے دم کر کے پانی دیا اور ایک پاکٹ سائز میں چھپا ہوا وظیفہ دیا جس پر منزل لکھا ہوا تھا اور مجھے تاکید کی کہ روزانہ یہ پڑھ کر اپنی بیوی پر دم کروں اور ساتھ ساتھ پانی پر بھی دم کرنا ہے پانی تھوڑا تھوڑا کر کے سارا دن اپنی بیوی کو کہنا کہ پیتی رہے باقی وظیفہ (منزل) پڑھ کر صبح و شام دم کریں جب تک کے بچہ پیدا نہ ہو جائے اور جب بچہ پیدا ہو تو یہ پانی ان کے ساتھ ساتھ بچے کو پلانا ہے اور ساتھ ہی ان دونوں پر دم کرنا ہے پورے گیارہ مہینے تک میں نے ایسے ہی کیا اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے دوران حمل کسی قسم کی کوئی تکلیف نہیں ہوئی ٹھیک نو مہینے بعد بیٹا پیدا ہوا اس کیلئے بھی یہی (منزل) عمل کیا الحمدللہ بالکل خیر خیریت سے پیدا ہوا اور اب آپ کے سامنے ہے۔

میرا پوسٹ مارٹم کر دیا

اسی طرح ایک صاحب کی طبیعت کبھی کبھار خراب ہو جاتی ہے ادویات سے کوئی خاص فائدہ نہیں ہوتا ایک دن مجھے ملے کہنے لگے ایک صاحب مجھے ملے تھے ان سے جب اپنی طبیعت کا ذکر کیا تو فرمانے لگے لگتا ہے آپ کے اوپر کوئی اثر وغیرہ ہے آپ فلاں کے پاس جائیں وہ آپ کے مسئلے کا حل بتائے گا' بندہ نے ان کی ساری بات بڑی توجہ اور دھیان سے سنی اس کی بات مکمل ہونے کے بعد میں نے ان سے عرض کی بھائی صاحب آپ بھی کیسی باتیں کرتے ہیں آپ کے اوپر کیسے کوئی اثر کرے گا آپ کو تو دوسروں کے اثرات ختم کرنے چاہئیں۔ آپ کو تو دوسروں کے جنات نکالنے چاہئیں آپ کے پاس ان چیزوں کا کیا کام' ماشاءاللہ آپ نماز پابندی سے پڑھتے ہیں تلاوت کلام پاک باقاعدگی سے کرتے ہیں آپ کی گھر والی دین دار ہے۔ آپ کے بچے بچیاں عالم حافظ دین دار ہیں آپ کا گھر دنیا کی خرافات سے پاک ہے۔

بات اصل میں یہ ہے کہ آپ نے اپنے جسم سے ضرورت سے زیادہ کام لیا ہے۔ صبح سویرے اٹھے نماز پڑھی تلاوت کی اور اپنی سرکاری ڈیوٹی پر چلے گئے۔ ایک دو بجے ڈیوٹی سے گھر آئے کھانا کھایا پھر سائیکل نکالی قاعدے سپارے دینی کتابیں رکھیں اور چلے جا رہے ہیں' کبھی کسی مدرسہ میں کبھی کسی مکتب میں۔ عصر کے بعد واپسی ہوئی گھر جا کر آرام کرنے کی بجائے دکان کھول کر بیٹھ گئے عشاء کی نماز پڑھی پھر دکان گیارہ بجے جا کر کہیں گھر پہنچے اب یہ تو نہیں ہوتا ہوگا کہ آپ گھر گئے کھانا کھایا اور سو گئے۔ لازماً بیوی بچوں کو بھی ٹائم دیتے ہونگے۔ (کہنے لگے ایک دو بجے سوتے ہیں) تو بھائی آپ نے بھی اپنے جسم کے ساتھ بڑی زیادتی کی ہے اسے دوائی کی نہیں آرام کی ضرورت ہے باقی ذہن کے شک وشبہ کو دور کرنے کیلئے جسمانی و روحانی سکون کیلئے آپ روزانہ منزل پڑھ کر پانی پر دم کر کے صبح و شام پئیں۔ انشاءاللہ آپ کو راحت اور سکون مل جائے گا۔ میری ساری گفتگو سن کر وہ کہنے لگے کہ آپ نے تو میرا پوسٹ مارٹم کر دیا ہے۔ واقعی یہی کچھ ہے جو آپ نے کہا ہے۔ آج کے بعد کوشش کرتا ہوں وقت نکالتا ہوں اپنے آرام کیلئے اور منزل والا عمل تو آج سے شروع کر دیتا ہوں کچھ ہی دنوں کے بعد جب دوبارہ ملاقات ہوئی تو طبیعت پوچھنے پر بتایا کہ الحمدللہ منزل کی برکت سے طبیعت بہت بہتر ہے۔ یہ تو (منزل) بڑے کام کی چیز ہے اس نے تو دل و دماغ کی ایسے صفائی کر دی ہے کہ جیسے صابن کپڑے کے داغ دھبوں کو ختم کر دیتی ہے۔ ذہن ماشاءاللہ اب ہر وقت فریش رہتا ہے۔

سخت جادو ہو گیا

ایک خاتون تشریف لائیں اور کہنے لگیں کہ ہمارے اوپر' ہمارے گھر پر' میرے شوہر پر' میرے بچوں پر ہمارے رشتے داروں نے کچھ کروا رکھا ہے جس کی وجہ سے میری طبیعت مسلسل خراب رہتی ہے میرے شوہر کی بیماری کی وجہ سے ان کی نوکری چھوٹ چکی ہے دو بیٹے اور ایک بیٹی ہے وہ ہر وقت آپس میں لڑتے رہتے ہیں کسی قسم کا کوئی کام کاج نہیں کرتے بیٹی تو مجھ سے ایسے بدتمیزی سے پیش آتی ہے جیسے میں ان کی ماں نہیں سوکن ہوں۔ آپ چل کر ہمارے گھر کو دیکھیں کہ کیا معاملہ ہے بندہ اس کے بیحد اصرار پر ان کے گھر گیا اور دیکھا کہ گھر کے دونوں کمرے تصویروں سے بھرے ہوئے ہیں ایک کمرے میں ٹیلی ویژن لگا ہوا ہے ان کے صاحبزادے نے ریموٹ ہاتھ میں پکڑا ہوا ہے اور نظریں ٹی وی پر لگی ہوئی ہیں ہمارے اندر آنے کے باوجود ٹیلی ویژن بند نہ کیا۔ نہ سلام کہا ان کی والدہ نے آنکھوں ہی آنکھوں میں سلام کرنے کا کہا بندہ انجان بن کر کمرے کا جائزہ لے رہا تھا۔

بہر حال انہوں نے سلام کیا' بندہ کو جو چیز دیکھ کر سب سے زیادہ دکھ ہوا کہ جہاں پر ٹیلی ویژن رکھا ہوا تھا اس کے سامنے اور سائیڈ والی دیواروں پر قرآن مقدس کی فریم میں آویزاں آیتیں لگیں ہوئیں تھی اور ظلم کی حد یہ کہ چھوٹے چھوٹے فریم ٹی وی کے اوپر بھی رکھے ہوئے تھے۔ کئی جاننے والوں کو پیار محبت سے سمجھایا ہے کہ اتنا ظلم تو نہ کرو مصیبت کے اس آلے کے برابر کلام اللہ کو رکھا ہوا ہے ایک جگہ ایک بچپن کے دوست کے ہاں جانا ہوا تو دیکھا کہ ٹی وی پر قرآن شریف رکھا ہوا ہے اور ریموٹ سے کبھی کوئی چینل لگا رہے ہیں کبھی کوئی یہ دیکھ کر بندے کی طبیعت بے چین ہو گئی۔ بندہ مہمان اب کیسے ان سے بات کروں اسی کشمکش میں کافی دیر مبتلا رہا آخر ضمیر نے فیصلہ دیا کہ حق بات کہہ دے زیادہ سے زیادہ ناراض ہوگا لیکن قرآن مجید کی بے ادبی تو نہ ہو میں نے ان سے کہا بھائی ایک گزارش ہے آپ سے...... وہ میری طرف متوجہ ہوا

......میں نے کہا بھائی قرآن مجید اللہ کا کلام ہے۔میرے دوست میرے بھائی ٹھیک ہے ہم گنہگار ہیں سیاہ کار ہیں' جیسے بھی ہیں مسلمان تو ہیں نا اور مسلمان سب کچھ گوارہ کرسکتا ہے لیکن قرآن مجید کی گستاخی بے ادبی برداشت نہیں کرسکتا جب دوسروں سے دیکھ کر برداشت نہیں کرسکتا تو خود کیسے گستاخی بے ادبی کرے گا یہ تو ہو ہی نہیں سکتا۔وہ کہنے لگا بھائی عاشق آپ کیسی باتیں کررہے ہیں میں آپ کی باتوں کا مطلب نہیں سمجھ سکا آپ کہنا کیا چاہتے ہیں میں نے عرض کی بھائی اصل میں مجھے الفاظ نہیں مل رہے کہ کن لفظوں سے آپ کو کہوں ارے بھائی یہ جو ٹی وی کے اوپر قرآن شریف پڑا ہوا ہے کیا یہ قرآن کی گستاخی بے ادبی نہیں ہے۔اس ٹی وی پر کیا کچھ نہیں ہوتا۔ بھائی آپ ناراض نہ ہوں ماشاء اللہ آپ کے گھر کے تین چار کمرے ہیں آپ قرآن پاک کو کسی دوسرے کمرے میں بھی رکھ سکتے ہیں۔اللہ کیلئے یہاں سے یہ قرآن پاک اٹھائیں۔شریف النفس انسان تھا بہت شرمندہ ہوا اور فوراً قرآن پاک وہاں سے اٹھا کر دوسرے کمرے میں رکھا۔ بہرحال اس خاتون کے کمرے میں بھی قرآن پاک کا یہ حشر دیکھ کر دل کانپ گیا جب مسلمانوں کے گھروں میں قرآن مقدس کے ساتھ یہ برتاؤ ہوگا جن چیزوں سے قرآن اور صاحب قرآن ﷺ نے ہمیں سختی سے منع کیا ہے، ہم قرآن کے سائے میں بڑی جرأت کے ساتھ وہی کام کریں تو پھر بیٹی ماں کے سامنے زبان چلائے گی' بیٹے کیوں نہ ماؤں کے سروں سے دوپٹہ اتاریں گے شوہر کیوں نہ بیوی کو پاؤں کی جوتی سمجھے گا۔ بیماری کیسے ہماری جان چھوڑے گی۔مصیبتیں کیسے نہ ہمارے گھر کو برباد کرنے کیلئے آئیں گی۔رنج والم کے کیوں نہ پہرے ہمارے گھروں میں ہونگے۔

آیت الکرسی کا حصار

اللہ تعالیٰ ہم سب کے حال پر رحم فرمائے بندہ نے ان خاتون کو پانی پر دم کرکے دیا اور تسلی کیلئے آیت الکرسی پڑھ کر گھر کا چاروں طرف سے حصار کھینچا اور ان سے عرض کی بندہ نے علاج کردیا ہے لیکن یہ عارضی علاج ہے مستقل اور پائیدار علاج اگر کروانا ہے تو میری چند باتوں پر عمل کرنا ہوگا پھر جا کر یہ سارے مسائل حل ہونگے۔انہوں نے پوچھا وہ کیا ہیں؟ آپ بتائیں ہم آپ کی ہر بات پر عمل کرنے کیلئے تیار ہیں۔ میں نے عرض کی آپ جلدی نہ کریں پہلے سوچ لیں ایسا نہ ہو کہ میں آپ سے کوئی مطالبہ کروں اور آپ کہیں کہ یہ تو ممکن ہی نہیں ہے۔آپ سوچیں پھر کل دواخانہ پر آجانا۔بندہ آپ کو وہ باتیں بھی بتادے گا بندہ انہیں حیران وسرگرداں چھوڑ کر دواخانے پر چلا آیا اور ان کیلئے دعا کرتا رہا کہ اللہ انہیں ہدایت عطا فرمائے اور کل جب آئے تو اللہ کریم میری زبان سے ایسے پرتاثیر لفظ نکلوادے کہ ان کو اچھی باتوں پر فوری عمل کی توفیق مل جائے اور ان کا گھر امن وسلامتی کا گہوارہ بن جائے' اگلے دن یہ بہن تشریف نہ لائیں بلکہ کئی دن بعد آئیں تو کہنے لگیں کہ جب سے آپ پڑھائی کرکے آئے تھے اس دن سے امن وسکون تھا آج پھر گھر میں لڑائی ہوئی ہے۔میں نے ان سے عرض کی بندہ نے تو پہلے ہی آپ سے یہ کہہ دیا تھا کہ یہ مستقل علاج نہیں ہے۔انہوں نے کہا میں آپ کی ہر بات پر عمل کرنے کیلئے تیار ہوں اگر آپ کو پیسے چاہئیں تو میں بڑی سے بڑی رقم دینے کیلئے تیار ہوں آپ بتائیں کیا کرنا ہے میں نے بڑے پیار سے انہیں سمجھایا کہ پہلے تو آپ گھر سے ہر قسم کی تصویریں اتاردیں اور خاص طور پر ٹی وی کو اپنے گھر سے نکال دیں یہ سن کر فوراً بولی کہ گھر والے مجھے گھر سے نکال دیں گے میں کہاں جاؤں گی۔ بندہ نے عرض کی تو پھر ٹیلی ویژن والے کمرے سے اللہ کا کلام اس کے کلام پاک کے فریم شدہ نقشے نکال دیں' کسی دوسرے کمرے میں لگادیں۔انہوں نے کہا کہ ہاں یہ میں کرلونگی۔بہرحال بندہ نے ان سے عرض کی بہن ہمارے معاشرے کی ایک عام سی شکایت ہے کہ گھروں میں سکون نہیں رہا۔ باہمی اعتماد اور بھروسہ کم ہوتا جارہا ہے جھگڑے اور تنازعات بڑھ رہے ہیں رشتوں اور کاروبار میں رکاوٹیں پیدا ہورہی ہیں اور برکت ختم ہوکر رہ گئی ہے اور ہم نے اس کا ایک حل سوچ رکھا ہے کہ کسی نے کچھ کردیا ہے' جادو ہوگیا ہے کسی نے کالا علم کردیا ہے اور بند باندھ دیا ہے' شریکوں نے کچھ کردیا ہے' پڑوسیوں نے کردیا ہے۔ مجھے اس سے انکار نہیں کہ ہمارے گھروں میں یہ شکایات پائی جاتی ہیں اور کرنے والے کرتے بھی ہیں' ان کے اثرات بھی ہوتے ہیں اور ان کا علاج بھی ضرور ہونا چاہیے لیکن کیا یہ سب کچھ اسی وجہ سے ہورہا ہے؟ مجھے اس میں کلام ہے اور میں اس کو نہیں مانتا کہ سارا کچھ کسی کے کرنے سے ہورہا ہے میرا خیال ہے کہ اصل بات کچھ اور ہے جس کی طرف ہماری توجہ نہیں ہے۔

غیبی مخلوق

تھوڑی دیر کیلئے غور فرمائیں کہ ہمارے گھروں میں اگر نماز کا ماحول ہو قرآن کریم کی تلاوت روزانہ ہوتی ہو اللہ تعالیٰ کا ذکر ہوتا ہو' جناب نبی اکرم ﷺ پر درود پڑھا جاتا ہو اور نیکی کی باتیں ہوں تو اس پر کوئی غیبی مخلوق آتی ہے یا نہیں یقیناً فرشتے آتے ہیں اسی طرح ہمارے گھروں میں آج کل جو ہورہا ہے میں اس کی تفصیل میں نہیں جاتا آپ بخوبی جانتے ہیں سمجھتے ہیں' لیکن جو کچھ بھی ہوتا ہے کیا اس پر بھی کوئی غیبی مخلوق آتی ہے یا نہیں؟ یقیناً اس پر جنات آتے ہیں' شیاطین آتے ہیں اب دیکھیں جو بھی آئے گا وہ اپنے اثرات چھوڑ کر جائے گا تو نحوست اور بے برکتی ہوگی۔

سوال یہ ہے کہ انہیں کون بھیجتا ہے ظاہری بات ہے کہ میں خود بلاتا ہوں اپنے گھر کا ماحول فرشتوں والا بناؤنگا تو وہ آئیں گے اور جب وہ آئیں گے تو برکتیں اور رحمتیں ساتھ لیکر آئیں گے لیکن اگر میں نے اپنا گھر شیاطین اور جنات کی دلچسپی والا بنا رکھا ہے تو وہی آئیں گے اور اپنے اثرات لے کر آئیں گے یہ کیسے ہوسکتا ہے کہ جنات اور شیاطین تو میرے گھر میں آئیں اور اپنے اثرات لے کر نہ آئیں اور پھر واپس جائیں تو اپنے اثرات میرے گھر میں چھوڑ کر نہ جائیں میں ایک چھوٹی سی مثال سے بات سمجھانا چاہونگا کہ اگر میرا گھر صاف ستھرا ہے' غسل خانہ اور نالیاں صاف ہیں گھر کے صحن میں پھولوں کی کیاریاں ہیں تو اس پر تتلیاں آئیں گی' جگنوں آئیں گے' بلبلیں آئیں گی لیکن اگر میرا گھر صاف نہیں ہے' نالیاں گندی ہیں اور غسل خانہ گندا ہے تو ظاہری بات ہے کہ مکھیاں آئیں گی' مچھر آئیں گے اور کاکروچ آئیں گے۔سوال یہ ہے کہ یہ کس نے بھیجے ہیں کسی نے نہیں بھیجے بلکہ میں نے خود انہیں بلوایا ہے اس لیے کہ میں گھر میں تتلیوں اور جگنوؤں کا ماحول بناؤں گا تو وہ آئیں گے اور اگر مکھیوں اور مچھروں والا ماحول رکھوں گا تو وہی آئیں گے۔ اسی طرح اگر میں اپنے گھر کو نحوست اور بے برکتی سے پاک کرنا چاہتا ہوں تو مجھے جنات اور شیاطین کے ماحول سے نکلنا ہوگا اور فرشتوں کا ماحول پیدا کرنا ہوگا اس لیے کہ فرشتوں کا آنا جانا ہوگا تو رحمتیں نازل ہوں گے برکتوں کا ڈیرہ ہوگا امن وسلام کا پہرا ہوگا اور بے برکتی اور نحوستوں سے چھٹکارا حاصل ہوگا اور فرشتوں کا ماحول ہمیں قرآن کریم کی تلاوت سے ملے گا' نماز سے ملے گا' اللہ کے ذکر سے ملے گا اور جناب نبی کریم ﷺ پر درود کی کثرت سے ملے گا۔

رحمت وبرکت کا نزول

اس لیے ہمیں یہ بات اچھی طرح سمجھ لینی چاہیے اگر ہم دنیا کی اس زندگی (اور آخرت کی دائمی زندگی) میں سکون چاہتے ہیں' اطمینان حاصل کرنا چاہتے ہیں' رحمت اور برکت کا نزول چاہتے ہیں اور باہمی اعتماد ومحبت کی زندگی کے طلب گار ہیں تو اللہ رب العزت کے ساتھ تعلق جوڑنا ہوگا۔میری یہ ساری گفتگو سن کر یہ بہن کہنے لگیں میں اپنے حد تک تو یہ سارے کام کرلونگی لیکن گھر کے دیگر افراد پر میرا بس نہیں چلتا بندہ نے

انہیں عرض کی آپ اپنے طور پر ان اعمال کی پابندی کریں اور ان کیلئے دعا کریں اور منزل جو کہ قرآنی آیات پر مشتمل کتابچہ ہے اسے لیکر پڑھیں اور پڑھ کر پانی پر دم کر کے ان کو یہ پانی پلائیں اور اگر وہ یہ پانی پینے پر تیار نہ ہوں تو کھانا پکانا تو آپ ہی کرتی ہیں اس کھانے پکانے میں اس پانی کو استعمال کریں آٹا گوندھیں تو اس پانی کے ساتھ سالن پکائیں تو اس پانی کے ساتھ چائے پکائیں تو اس پانی کے ساتھ۔

انہوں نے دوسری ترکیب کو پسند کیا اور اللہ کا نام لیکر یہ سب اعمال کرنا شروع کردیئے آہستہ آہستہ ان کے گھر میں تبدیلی آنا شروع ہوئی اسی دوران اس نے اپنے بیٹے کی شادی کردی۔ شادی کے بعد بیٹا کام پر جانے لگا ان کے شوہر کی طبیعت ٹھیک ہوئی تو انہوں نے یہ کہہ کر بہت عرصہ ہوگیا ناکارہ گھر میں پڑے پڑے اب میں بھی کوئی کام دھندا کرتا ہوں، گھر میں جب امن وسکون قائم ہوا تو ان کی طبیعت بھی بہتر ہونا شروع ہوگئی۔ ان کی آنے والی بہو نماز کی پابند تھی پہلے دن آتے ہی نماز شروع کردی تھی اس کی دیکھا دیکھی اور ان کے سمجھانے سے ان کی بیٹی نے بھی نماز شروع کردی اس طرح اعمال کی پابندی اور منزل کی برکت سے تقریباً تین ماہ کے قلیل عرصہ میں ان کا گھر مثالی گھر بن گیا۔ سالہا سال کے مسائل یوں حل ہوئے جیسے تھے ہی نہیں۔ ماشاء اللہ لاحول ولا قوۃ الا باللہ۔

مزید واقعات لکھنے سے قبل اہل اللہ سے منقول اس کے (منزل) کے فوائد تحریر کرتا ہوں یہ عظیم الشان قرآنی وظیفہ خیر القرون سے اہل اللہ کا ورد رہا ہے خوابوں کی تعبیر کے امام حضرت مولانا امام محمد ابن سیرین رحمتہ اللہ علیہ سے منقول ہے کہ ہم کسی سفر میں تھے ایک نہر پر ہمارا قیام ہوا لوگوں نے ڈرایا کہ یہاں لوگ لٹ جاتے ہیں میرے سب رفیق وہاں سے چل دیئے مگر میں چونکہ آیات حرز پڑھا کرتا تھا اس لیے وہیں ٹھہرا رہا جب رات ہوئی ابھی میں سونے بھی نہ پایا تھا کہ چند آدمی شمشیر بکف آئے مگر مجھ تک نہ پہنچ سکے۔

ایک شخص گھوڑے پر ملا

جب صبح کو وہاں سے چلا تو ایک شخص گھوڑے پر سوار ملا اور مجھ سے کہا کہ ہم لوگ رات کو سو بار سے زائد تیرے پاس آئے مگر درمیان میں ایک آہنی دیوار حائل ہوجاتی تھی میں نے کہا یہ ان آیات (منزل) کی برکت ہے اس شخص نے عہد کیا کہ آئندہ وہ ڈاکہ چوری والا کام نہیں کرے گا۔

صاحب نافع الخلائق نے مذکورہ بالا قصے کو حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما کی طرف منسوب کیا ہے اور انہوں نے ان آیات (منزل) کے درج ذیل خواص لکھے ہیں۔ 1۔ یہ آیات جذام اور برص جیسے موذی مرض کا علاج ہیں۔ 2۔ حاجات کے پورا ہونے میں یہ آیات اکسیر ہیں۔ 3۔ جو صبح پڑھے گا رات تک خود اس کی اور اس کے جان و مال کی حفاظت رہے گی اور جو شام کو پڑھے گا صبح تک محفوظ رہے گا۔ 4۔ اگر فقیر ان آیات کا ورد کرے تو غنی ہوجائے۔ 5۔ مریض پڑھے تو شفایاب ہوجائے۔ 6۔ زخموں پر ان آیات کو پڑھا جائے تو جلد اچھے ہوجائیں۔ 7۔ اگر قیدی ان آیات کو پڑھے تو رہائی پائے یا کم از کم قید کی مدت میں کمی ہوجائے۔ 8۔ ان آیات میں فالج، بواسیر، لقوہ، قولنج اور امراض چشم کا علاج ہے۔ 9۔ یہ آیات جنات، موذی انسانوں، درندوں اور موذی حشرات الارض سے حفاظت کا بہترین ذریعہ ہیں۔ 10۔ ظالموں اور حاسدوں کے شر سے حفاظت کیلئے یہ آیت بہت مفید ہیں۔

11۔ یہ آیات جادو اور جناتی اثر کا بہترین علاج ہیں۔ 12۔ ان آیات میں مقبولیت کا اثر بھی ہے پس جو ان کا ورد رکھے گا وہ مخلوق میں مقبول اور عزیز ہوا اور اس کا قول وعمل بھی لوگوں کے ہاں مقبول ہو۔ 13۔ بچوں کو یہ آیات باندھی جائیں تو جملہ بلاؤں سے ان کی حفاظت رہے۔ 14۔ اگر کوئی شخص گم یا غائب ہوجائے تو تین دن تک اس کیلئے یہ آیات پڑھی جائیں انشاء اللہ چوتھے روز تک اس کی حیات وموت کا حال معلوم ہوجائے گا۔

15۔ جس گھر میں یہ آیت ہو وہ جادو اور جلنے سے محفوظ رہے۔ فضائل حفاظ القرآن میں لکھا ہے ان آیات کے پڑھنے سے آسیب و درندہ چور اور ہر قسم کی بلا اور آفت دفع ہوجاتی ہے کہا گیا ہے کہ ان میں سو بیماریوں سے شفاء ہے حضرت محمد بن علی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ہمارے ایک بوڑھے کو فالج ہوگیا تھا اس پر یہ آیتیں پڑھیں اس کو شفاء ہوئی نیز ان آیتوں (منزل) کو پڑھنے والا سرکش شیطان، جادوگر، ظالم حاکم

طریقہ عمل

منزل پر عمل کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ان آیات کو پڑھ کر مریض پر دم کیا جائے اگر مرض معمولی ہو تو دن میں ایک مرتبہ پڑھ کر دم کرنا کافی ہے اور اگر تکلیف زیادہ ہو تو صبح وشام پڑھ کر دم کریں اور بوقت ضرورت اس سے زیادہ بھی پڑھ کر دم کیا جاسکتا ہے اور مریض پر دم کرنے کے ساتھ ساتھ اگر پانی کی بوتل پر بھی دم کرلیا جائے اور مریض کو دم کیا ہوا پانی بھی سارا دن یا صبح وشام پلایا جائے تو اس طرح انشاء اللہ مریض کو جلدی صحت ہوگی جس دکان، مکان میں آسیب یا جادو ہو وہاں اس کو قدرے بلند آواز سے پڑھنا اور پانی پر دم کر کے ہلکا ہلکا چھڑکنا مفید ہے اور اگر کوئی شخص محض اپنی حفاظت کیلئے پڑھنا چاہے تو اس کیلئے بھی ان آیات کو پڑھ کر اپنے جسم پر دم کرنا مفید ہے جادو آسیب اور نظر بد وغیرہ سے انشاء اللہ حفاظت رہے گی۔ یاد رہے کہ عملیات اور دعاؤں میں زیادہ دخل پڑھنے والے کی نیت توجہ اور یکسوئی کو ہوتا ہے جتنی زیادہ توجہ اور صدق دل اور یقین سے ان کو پڑھا جائے گا اتنا ہی زیادہ اثر ہوگا۔ انشاء اللہ تعالیٰ۔

وضاحت: یہ منزل چالیس دن یا ایک سو بیس دن تک صبح وشام یا ہر نماز کے بعد اہتمام سے پڑھے انشاء اللہ بہت ہی فائدہ ہوگا ہاں اس کے ساتھ ساتھ مرد حضرات پانچ وقت کی نماز جماعت سے مسجد میں پڑھیں۔ گھر میں کسی جاندار کی تصویر نہ ہو اور چھوٹے بڑے گناہوں سے بچنے کی پوری کوشش کریں اگر غلطی سے گناہ ہوجائے تو توبہ استغفار کرلیں اور صدقہ کی کثرت رکھیں ان باتوں کے اہتمام سے بہت ہی جلد ہر بلا اور مصیبت سے نجات مل جائے گی۔ منزل کی تمام آیات کے حوالے کیلئے دیکھیں مسند احمد 5: 125 الفتح الربانی 183:17 مجمع الزوائد 115:5۔

پیٹ درد کا روحانی علاج

(ظفر بھائی، کراچی)

حسب ضرورت تھوڑا سا نمک لیکر اس پر سورۃ کوثر 3 بار معہ تسمیہ اول وآخر درود شریف ایک بار پڑھ کر دم کر کے کھلادیں فوراً آرام ہوگا۔

پیٹ درد کا طبی علاج: کالا نمک سفوف بقدر ایک چنے کے نیم گرم پانی کے ہمراہ کھلادیں فوراً آرام آجائے گا۔

دمہ کھانسی کا نسخہ: لونگ 2 تولہ، گڑ 6 تولہ۔ پہلے لونگ باریک پیس کر پھر گڑ ملا کر یکجان کر کے گولیاں جنگلی بیر برابر بنا کر صبح شام ایک ایک گولی پانی کے ساتھ۔

نسخہ امراض معدہ وامراض عرق والنساء

(عبدالوہاب، سوات)

میں تقریباً دو سال سے عبقری کا قاری ہوں اور ماہنامہ عبقری بہت شوق سے پڑھ رہا ہوں اور ساتھ ہی دو انمول وظائف، پانچ وقت نماز پابندی سے پڑھتا ہوں۔ میں دو نسخے ارسال کررہا ہوں جو آزمائے ہوئے ہیں اور خود اس پر تجربے کیے ہیں تاکہ عبقری کے ذریعے عوام الناس تک پہنچے۔ ان میں ایک نسخہ امراض معدہ گیس، گرمی، ڈکاریں، جلن کیلئے مفید ہے۔ دوسرا نسخہ جس کو ہم عرق النساء کے درد کہتے ہیں کیلئے مفید ہے۔

نسخہ امراض معدہ

جلوتری، ایک تولہ، عاقر قرحا ایک تولہ، تخم تمونیا ایک تولہ، سنا مکی

ایک چھٹانک' زنجبیل 3 تولہ' نوشادر 3 تولہ' مرچ سیاہ، الائچی خورد 3+3 تولہ۔

سب اجزا کا سفوف بنائیں۔ صبح' دوپہر' شام آدھا چمچ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ **پرہیز:** ترش' بادی اور ثقیل اشیاء سے پرہیز کریں۔

نسخہ امراض عرق النساء

ست اجوائن 6 ماشہ، ست کافور 6 ماشہ، ست پودینہ 6 ماشہ' ان تینوں کو بوتل میں ڈالیں خود حل ہو جائینگے۔ زنجبیل 6 ماشہ' زعفران 6 ماشہ' دارچینی 6 ماشہ۔ افیون 2 ماشہ۔ ان چار اجزاء کا سفوف بنائیں۔

ایک پاؤ شہد میں ملائیں۔ اس کے بعد تینوں اجزاء جو حل شدہ ہیں وہ بھی اسی شہد میں ملائیں یعنی سب یکجان ہو جائیں گے۔ نسخہ تیار ہے۔ صبح و شام نہار منہ مکئی یا چنے کے دانے کے برابر دودھ اگر ہو تو بہتر ہے ورنہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ کم از کم ایک ہفتہ میں یہ مرض ختم ہو جائیگا۔ (انشاء اللہ)

معدہ کیلئے عمدہ چورن

(حکیم محمد آصف' لاہور)

اجوائن دیسی ایک کلو' سوئے آدھا کلو' کھجور ایک پاؤ' آک کے تازہ پھول 5 کلو۔

ترکیب تیاری: سب چیزوں کو کوٹ کر اخبار یا بڑے کاغذ پر پھیلا کر دھوپ میں رکھ کر خشک کرلیں اور دوبارہ پیس کر ڈیڑھ کلو سادہ نمک پسا ہوا ملا دیں بس عمدہ چورن پیٹ کی ہر بیماری کیلئے تیار ہے۔

خوراک: چار رتی سے تین ماشہ تک صبح و شام کھانے کے بعد سادہ پانی سے دیں۔

واقعہ: ایک لڑکا ہمارے دفتر میں کام کرتا ہے وہ ایک دن صبح بہت نڈھال سا بیٹھا ہوا تھا میں نے اس سے وجہ دریافت کی تو کہنے لگا۔ میں رات 12 بجے ہسپتال گیا تھا میرے پیٹ میں بہت شدید درد تھا۔ ڈاکٹرز نے انجکشن لگائے تو درد کم ہوا۔ اس نے بتایا کہ مجھے ہفتے میں ایک دفعہ ضرور درد ہوتا ہے میں ہسپتال جاتا ہوں ڈاکٹر صاحبان انجکشن لگا دیتے ہیں اور گھر بھیج دیتے ہیں میرے پاس یہ عمدہ چورن تیار پڑا تھا اللہ کا نام لے کر دیدیا جس کے بعد آج تک دوبارہ اس لڑکے کو درد نہیں ہوا۔ ہمارے ساتھی ہیں ان کی والدہ کو گیس نے کافی تنگ کر رکھا تھا میں نے ان کو یہی چورن استعمال کروایا وہ تو چورن کی اتنی گرویدہ ہو گئی ہیں ہر سال کہہ کر چورن تیار کرواتی ہیں اور پورا سال استعمال کرتی ہیں۔

گنٹھیا' عرق النساء' جوڑوں کے درد کیلئے

خولنجان 5 تولہ' سنائے مکی 5 تولہ' زنجبیل 5 تولہ' سورنجاں شیریں 3 تولہ' کھانڈ سفید 6 تولہ۔

ترکیب تیاری: تمام اشیاء کو صاف کر کے باریک پیس لیں اور کپڑ چھان کر کے باہم ملا کر رکھ لیں۔

خوراک: چھ ماشہ روزانہ ہمراہ دودھ بکری اس کے علاوہ کسی اور دودھ سے نہیں لینی۔

واقعہ: میری بیوی کے سکول میں ان کی ایک ساتھی ٹیچر کے جوڑوں میں اس قدر شدید درد تھا کہ وہ سیڑھیوں پر نہیں چڑھ سکتی تھیں وہ درد سے بہت عاجز آ چکی تھیں۔ انہوں نے میری بیوی کے ذریعے سے دوائی منگوا کر کھائی اور اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے بالکل ٹھیک ہو گئیں اور دعائیں دیتی ہیں۔

بچوں کا نمونیہ

دارچینی' جائفل' لونگ تینوں ہم وزن لیکر سب چیزوں کو کوٹ پیس کر باریک سفوف تیار کرلیں۔ خوراک: ایک چٹکی شہد میں ملا کر دن میں 2 سے 3 مرتبہ چٹا دیں۔

واقعہ: ایک چھوٹا بچہ جس کو نمونیہ نے کافی پریشان کر رکھا تھا ہفتہ میں ایک دفعہ ضرور پسلی چلنے کا عارضہ لاحق ہو جاتا تھا۔ اس بچے کو میں نے یہ نسخہ استعمال کروایا جس سے اس کی پسلی چلنا ٹھیک ہو گئی۔ میرے چھوٹے بیٹے کو پسلی چلنے کا عارضہ ہو گیا تھا جس کو اس نسخے سے اللہ تعالیٰ نے شفا عطاء کی۔

بواسیر کیلئے

(ندیم ٹنڈو محمد خان سندھ)

دیسی گھی میں پیاز تھوڑا سا ڈال کر جلا لیں اور ٹھنڈا ہونے پر بواسیر کے مسوں پر لگائیں۔

دوسرا نسخہ بواسیر کیلئے: گوگل، ہرل، ہینگ، ساتھران کو کوئلے پر ڈال کر دھونی لیں بواسیر کے مسوں کو دھونی دینی ہے۔

بال گرنا: کلونجی کا تیل اور ادرک کا پانی ہموزن لے کر روزانہ بالوں میں لگائیں صبح و شام۔ بال گرنا بند ہو جائیں گے اور نئے بال آنا شروع ہو جائیں گے۔

بالخورہ: ادرک کا پانی نکال کر اس میں ہم وزن سرکہ ملا کر لگائیں سونے سے پہلے کلونجی کے دانوں کو کلونجی کے تیل اور سرکہ میں پیس کر متاثرہ جگہ پر لیپ کریں۔

لاعلاج امراض کیلئے انوکھا نسخہ

(ذکیہ اقتدار' بہاولنگر)

اکثر حکماء کی کتب زیر مطالعہ رہتی ہیں' علاج بھی۔ ایسے تجربات ہوئے کہ عقل دنگ رہ گئی۔

میں قریبی عزیز کے یہاں گئی ہوئی تھی۔ اتفاق ہی کہیے کہ وہ عزیزہ سیڑھیوں سے گر گئیں چوٹیں تو اور بھی آئیں لیکن ان کا پاؤں فیکچر ہو گیا۔ ان کے بھائی ان کو ڈاکٹر کے پاس لے کر جارہے تھے میں نے ان کو ڈاکٹر کے پاس جانے سے منع کیا ان کے بھائی کو سمجھایا کہ اطمینان رکھیں گھر پر ہی علاج ہو جائے گا۔ اسی وقت ایک نسخہ تیار کیا اور ان کے پاؤں پر باندھ دیا۔ اسی دوا کے کیپسول بھر کے انہیں دودھ کے ساتھ دے دیئے۔ شام کے وقت یہ حادثہ ہوا تھا۔ رات کو آرام سے بستر پر سو گئیں۔ ان کی تکلیف کو محسوس کرتے ہوئے میں نے وہیں رہنے میں عافیت سمجھی' رات قیام کیا۔ صبح کا انتظار تھا ان کی درد کی کیا کیفیت ہو گی؟ اس نسخہ کا کمال اور حیرت کی انتہاء' وہ میری عزیزہ اپنے ہی پاؤں کو دیکھ کو حیران ہو رہی تھیں۔ پاؤں پر پٹی کیسی بندھی ہے؟ پھر انہیں رات کا واقعہ یاد دلایا۔ یقین جانیے انہیں خود حیرت ہو رہی تھی اتنی جلدی پاؤں ٹھیک کیسے ہوا۔ صبح کو بستر سے نیچے پاؤں رکھا تو کوئی تکلیف نہیں تھی۔

فرش پر کھیلتے ہوئے پھسل گیا

اسی طرح ہمارے گھر کچھ مہمان آئے ہوئے تھے۔ گیارہ سال کا بچہ ماربل کے فرش پر کھیلتے ہوئے پھسل گیا۔ پتھر سے پاؤں ٹکرایا تو انگوٹھے کا ناخن اتر گیا۔ بچہ تکلیف کی شدت اور بے قراری سے رو رہا تھا۔ راقمہ کو خبر ہوئی تو دوڑ کر بچے کو تسلی دی جلدی سے وہی نسخہ انگوٹھے پر اچھی طرح لگایا۔ پٹی باندھ کر شاپر کاٹا اور اچھی طرح انگوٹھے پر باندھ کر کس دیا۔ صرف پانچ منٹ گزرے ہوں گے کہ بچہ پھر کھیلنے لگا۔ میں نے کہا بیٹا ایک گھنٹہ آپ کو بیڈ سے نیچے نہیں آنا' آرام کرو' جواباً اس نے کہا آنٹی میرا پاؤں بالکل ٹھیک ہے مجھے بالکل درد نہیں ہے۔ شام کو دوبارہ اس کی دوا تبدیل کی۔ عموماً جب انگوٹھے پر چوٹ لگ جاتی ہے تو ناخن نیلا ہو جاتا ہے لیکن اس دوا کے استعمال سے ناخن اترنے کے بعد صحیح ناخن آ گیا' دو مرتبہ دوا لگائی تھی۔

ایک خاتون کا ڈیلیوری کیس تھا' ڈاکٹر کہتے کہ آپریشن ہو گا لیکن میں نے انہیں تسلی دی اور کہا یہ نسخہ لیں اس کو اپنے پیٹ پر لگا لیں اور پھر شاپر لگا لیں اور سرجیکل ٹیپ سے چپکا دیں دوا محفوظ رہے گی دو کیپسول کھا لیں۔ ان خاتون نے عمل کیا ڈیلیوری بہت آسانی سے ہوئی۔ دردِ زہ کی تکلیف میں بہت کمی ہوئی۔

پیدائش کے بعد تین دن نسخہ استعمال کیا' لگایا بھی اور ایک کیپسول صبح اور شام کھایا نارمل ہو گئی۔ ایک خاتون کی گردن میں بہت درد تھا انہیں یہی نسخہ استعمال کرایا ان کا دوسرے دن درد ٹھیک ہو چکا تھا۔

ایک خاتون کے دائیں ہاتھ کی ہڈی میں درد رہتا تھا۔ انہیں یہ نسخہ تین دن استعمال کرنے کو کہا تین دن میں ان کے ہاتھ کا درد بالکل ٹھیک تھا۔ حالانکہ اس سے پہلے وہ لاکھوں روپے علاج پر لگا چکی تھیں۔

حیرت انگیز تجربہ

کسی کی وفات ہوگئی راقمہ بھی تعزیت کیلئے گئی ہوئی تھی۔ اتنے ہجوم میں ایک خاتون مسلسل کراہ رہی تھی۔ درد کی ایسی شدت تھی، وہ مسلسل رو بھی رہی تھیں۔ ہجوم میں کسی طرح جگہ بنا کے راقمہ ان تک پہنچی۔ انہیں کسی طرح سے اطمینان بخش جگہ پر لے گئی۔ ان سے ان کا دکھ معلوم کیا تو پتہ چلا ان کے ہرنیاں ہیں۔ شدت درد سے بولنا دشوار تھا۔ ان مریض خاتون کو بیڈ پر لٹایا نسخہ لیا۔ دعائے شفا پڑھی۔ اللہ کا نام لے کر ان کی ناف میں دوا رکھی۔ شاپر کاٹا سرجیکل ٹیپ لی۔ شاپر کا سائز چوکور کاٹ کر ناف کے اوپر دوا لگائی ہوئی تھی۔ اس پر رکھا اوپر سے سرجیکل ٹیپ لگا دی۔ دوا کا لگانا تھا خاتون نے کراہنا بند کر دیا۔ ساتھ ہی دودھ سے دو کیپسول دے دیئے۔ وہ محترمہ صرف بیس منٹ میں ٹھیک ہو چکی تھیں جو بہن ہرنیا کے مرض میں مبتلا ہیں وہ اسے روزانہ استعمال کریں۔

ایف اے کی بچی کے ٹانسلز تھے بقول ڈاکٹر کے آپریشن ہوگا لیکن راقمہ نے انہیں یہ نسخہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا ان کی والدہ نے اپنی بچی کو یہ نسخہ استعمال کرایا ایک ہفتے میں ٹانسلز ہمیشہ کیلئے ختم ہو گئے تھے۔ بے شمار تجربات واقعات اس نسخہ کے ہیں چند لکھے ہیں۔ لیجئے وہ نسخہ جس نے راقمہ کو بھی حیرت میں ڈال دیا تھا۔

اشیاء:۔ میتھی دانہ آدھا پاؤ، کلونجی ایک چھٹانک، ریوند چینی ایک چمچ، چائے کی پتی ایک چمچ، اگر شہد کی مکھیوں کا چھتہ مل جائے جس سے شہد نچوڑ لیا ہو جسے موم کہا جاتا ہے وہ ایک عدد، اگر نہ ملے تو پھر دس عدد موم بتی لے لیں، ڈیزل آدھا لیٹر، میتھی دانہ، کلونجی، ریوند چینی، چائے کی پتی بہت باریک پیس لیں۔ اب آپ ڈیزل کو کڑھائی میں ڈال لیجئے۔ ڈیزل گرم ہو جائے تو اس میں موم یا موم بتی ڈال دیجئے گا اور پھر تمام باریک پسی ہوئی اشیاء اس کڑاہی میں ڈال دیجئے اور آنچ کم کر دیجئے۔ دس منٹ تک آگ جلتی رکھیں پھر چولہا بند کر دیں اور کڑاہی کو ڈھانپ دیں۔ 72 گھنٹے ڈیزل میں ان اشیاء کو رہنے دیجئے پھر اس کو ہلکا گرم کر کے کسی جار میں چھان کر رکھ لیں۔ دو چمچ ہلدی بہت باریک پسی ہوئی، دو چمچ سفید پھٹکڑی پسی ہوئی اس میں ملا لیں۔ لیجئے نسخہ تیار ہو چکا ہے۔ جیسے چاہیں استعمال کریں۔ جلے پر، فیکچر ہو جائے، چوٹ لگ جائے، پرانا درد کہیں پر ہو، ساتھ ہی ہلدی اور پھٹکڑی پسی ہوئے کے بڑے سائز کے کیپسول بھر لیں۔ دودھ سے استعمال کریں صبح و شام۔ اس کیپسول کا کمال ہے اگر پیشاب میں رکاوٹ ہو اس کو کھول دیتا ہے۔ گھٹنے میں درد ہو تو اس دوا کا لیپ کریں۔

ایک عزیزہ کے ساتھ ایک دیہات میں گئی اس دیہات کے لوگ کبھی ڈاکٹر سے علاج نہیں کراتے خواہ کیسا ہی مرض ہو وہ حکماء کے نسخے استعمال کرتے ہیں اور اسی سے شفاء پاتے ہیں۔ اس دیہات میں دو روز قیام کیا اور چند نسخے لینے میں کامیاب ہو سکی وہ حاضر ہیں۔

جوڑوں کے درد کا عجیب وغریب نسخہ

اشیاء شہد کی مکھی کا خالی چھتہ لیں۔ ایک پاؤ ناریل کا تیل، کلونجی ایک چھٹانک۔ **طریقہ:** شہد کے چھتے کو کسی پتیلے میں ڈالیں اور ناریل کا تیل اور کلونجی بھی اس میں ڈال دیں۔ ایک گھنٹے تک چولہے پر دھیمی آنچ پر پکائیں۔ ایک گھنٹے بعد چولہے سے اتار لیں مگر 72 گھنٹے تمام اشیاء اسی طرح تیل میں پڑی رہیں۔ بعد میں اس کو ہاتھوں سے اچھی طرح مسل لیں۔ چھلنی میں چھان لیں اب دوا تیار ہوگئی ہے۔ جسم میں کسی بھی حصے میں درد ہو اسی تیل سے مالش کریں۔

جوڑوں کا درد ہے تو دن میں تین بار مالش کریں۔ اگر چوٹ لگ جائے یا کہیں پر زخم ہو یہی تیل لگانا ہے۔ حیرت انگیز شفاء ہوگی۔

مخصوص ایام میں درد کی شدت سے نجات پائیں

کسی بھی پنساری کی دکان سے ایک چھٹانک کیسو کے خشک پھول لیں اگر سات دن یا تو دن جو بھی مخصوص ہیں۔ ان پھولوں کو دنوں کے حساب سے حصے بنائیں۔ یعنی سات حصے بنائیں روزانہ ایک حصہ ڈیڑھ کپ پانی پکائیں، ایک کپ پانی رہ جائے۔ اکٹھے پانی میں ڈال کر جوش دیں، دھیمی آنچ پر پکائیں پھر روزانہ صبح وشام اس کو جو پھولوں کی چائے ہے اگر چاہے تو چینی ڈال کر پی لیں ورنہ نمک ڈالیں یا ویسے ہی پی لیں۔ زندگی بھر دوبارہ تکلیف نہیں ہوگی اگر کسی کو زیادہ تکلیف ہوتی ہے تو پھر یہ تین ماہ استعمال کرلیں۔ طریقہ وہی ہے۔ بار بار کا آزمودہ ہے۔ خواتین اور بچوں کیلئے یکساں مفید۔

جلے کا علاج: اکثر جلنے کے حادثات ہوتے ہیں۔ بچے بے خبری میں جل جاتے ہیں جلے ہوئے حصے پر ناریل کا تیل لگائیں جلے کا نشان ختم کر دے گا۔

بواسیر کا مکمل خاتمہ

اشیاء: تخم نیم، تخم ریکائن، تخم مولی، رسونت مصبر زرد تمام اشیاء ہم وزن لے لیں۔ **طریقہ:** ان اشیاء کو باریک پیس لیں پانی کے ساتھ سخت گوندھ لیں۔ چنے کے برابر گولیاں بنائیں پھر دھوپ میں سکھائیں۔ **طریقہ استعمال:** دو گولی صبح، دو گولی شام۔ ایک گلاس دودھ سے کھالیں۔ دوبارہ کبھی یہ مرض نہیں ہوگا۔

شوگر کا خاتمہ

شوگر ایسا خوفناک مرض ہے اور یہ مرض وبا کی طرح عام ہو چکا ہے خواتین اور بچیوں میں یہ مرض بہت زیادہ ہے۔ بیشمار نسخے عبقری میں چھپتے ہیں کہ شوگر کا خاتمہ اگر افراد عمل کریں تو ڈاکٹر کے پاس جانا بھول جائیں گے۔ طویل عرصے سے عبقری اور عبقری کی کتب راقمہ کے زیر استعمال ہیں۔ اس لیے گھر کے افراد کو کبھی ڈاکٹر یا ہسپتال کے چکر نہیں لگانے پڑتے۔ یہ نسخہ جات استعمال کرنے سے پیسہ بچا اور وقت بھی بچا۔ صحت بھی بحال ہوئی۔ شوگر کا نسخہ حاضر خدمت ہے۔

سرس کے بیج، کتیرہ گوند، کوڑتمہ یہ تینوں اشیاء ہموزن لے لیں۔ ان تینوں اشیاء کو باریک پیس لیں اور بڑے کیپسول میں بھر لیں۔ صبح نہار منہ ایک کیپسول استعمال کریں۔ ابتداء میں اگر موشن ہوں تو پریشان نہ ہوں۔ جس نے بھی یہ نسخہ استعمال کیا وہ شوگر سے نجات پا گیا۔ یہ نسخہ مستقل استعمال کریں۔ ناغہ نہ کریں۔

بلڈ پریشر سے نجات کا نایاب تحفہ

بلڈ پریشر کا روگ جس کو لگ گیا وہ اپنے سارے سکھ بھول گیا۔ ہر نعمت کا پرہیز ہو گیا، سامنے رکھی اشیاء نہیں کھا سکتے۔ ایک جار دیکھا جس میں سے بھائی یہ بتایا ہوا نسخہ کھا رہے تھے۔ کافی عرصہ پہلے میں نے انہیں دیکھا تو یہ ہر چیز کا پرہیز کرتے دیکھا لیکن اس مرتبہ وہ نارمل تھے تمام پرہیز ختم۔ راقمہ نے سوال کیا تو بتایا کہ مندرجہ ذیل نسخہ ملا تھا۔ خود ہی تیار کرایا ہے پھر تو راقمہ کی بے چینی بڑھ گئی کسی طرح یہ نسخہ مل جائے تو عبقری کو بھیج دوں تاکہ بیشمار لوگ مستفید ہوں۔ نسخہ کا سوال کر ڈالا، یہ حاضر خدمت ہے۔

لکڑی صندل ایک تولہ، چندن ایک تولہ، زیرہ سفید ایک تولہ، کالی مرچ ایک تولہ، چھوٹی الائچی ایک تولہ، دھنیا ایک تولہ۔ ان اشیاء کو کوٹ کر باریک پیس لیں۔ مقدار دو کیپسول کے برابر صبح وشام پانی سے کھالیں۔

اسم مبارک اللہ سے بیماریاں دور

(غلام سرور خان، راولپنڈی)

اسم مبارک اللہ میں بیماریوں کو دور کرنے کی خاص صلاحیت پائی جاتی ہے۔ یہ اسم شافع الامراض ہے اسم اللہ کو روزانہ

پابندی وقت کے ساتھ پڑھا جائے 1000 مرتبہ تو اللہ تعالیٰ اپنی رحمت سے ذاکر کو رعب اور دبدبہ عنایت فرماتا ہے۔ دنیا اس کے آگے سرنگوں ہوتی ہے۔ ہر نماز کے بعد 66 مرتبہ پڑھنا حصول برکت اور جملہ امور میں غیب سے امداد ملنے کا باعث ہوتا ہے۔ پرانے امراض سے شفاء کیلئے اور امراض سرد بلغمی کیلئے عرق گلاب' زعفران سے سفید کاغذ پر لکھ کر پینا اور پلانا مفید ہے۔ ہر قسم کے بخار خصوصاً سردی سے ہو اس کیلئے بہت مفید ہے۔ دافع آسیب کیلئے کوری مٹی کی ہانڈی لیکر اس میں اسم اللہ جس قدر لکھ سکتا ہے لکھے۔ اس کے بعد اس کو جاری پانی سے تر کر کے آسیب زدہ پر چھڑکے۔ آسیب بھاگ جائے گا۔ اسم پاک اَللّٰہُ الصَّمَدُ کو ایک ہزار ایک مرتبہ اول آخر 11-11 مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھے ایک چلے میں کامیاب ہوگا۔

حفاظت اطفال

بچوں کے اکثر امراض سے بحکم خدا حفاظت رہے۔ کلمات ذیل کو لکھ کر بچہ کے گلے میں ڈال دیں۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. اَعُوْذُ بِکَلِمٰتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ کُلِّ شَیْطَانٍ وَّھَامَّۃٍ وَعَیْنٍ لَامَّۃٍ بِسْمِ اللّٰہِ الَّذِیْ لَایَضُرُّ مَعَ اسْمِہٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَاءِ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ۔

شوگر اور سنگھاڑے کا آٹا

لیڈی ڈاکٹر مسز سرفراز (ایم بی بی ایس) جو کہ میرے بیٹے کی سسرالی رشتہ دار ہیں' سے ملاقات ہوئی تو انہوں نے بتایا کہ ان کے پاس شوگر کے مریض آتے ہیں ان میں سے ایک مریض جس کی شوگر 400 تک ہوگئی تھی اس نے بتایا کہ اس کی شوگر صرف صبح کے وقت ایک چھٹی سنگھاڑے کا آٹا دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے بتدریج کم ہوگئی۔ یعنی 400 سے 300 اور پھر 300 سے 200 حتیٰ کہ صحیح حالت پر آگئی۔

صرف سات دنوں میں گنج دور

(ایم اے قریشی' ملتان شریف)

محترم قارئین ''عبقری'' جیسا کہ آپ سب کو معلوم ہے کہ گنج ایک بہت ہی پریشان کن معاملہ ہے۔ بالوں کی قدر صرف گنجا ہی جانتا ہے۔ عوام میں یہ مقولہ بھی مشہور ہے کہ جس کی گنج ہو اس کے پاس دولت بہت ہوتی ہے۔ حالانکہ یہ غلط مثال ہے کیونکہ دولت مند مرد ہی گنجا کیوں ہوتا ہے؟ دولت مند عورت ''فارغ البال'' کیوں نہیں ہوتی؟ مارکیٹ میں مختلف قسم کے تیل' شیمپو ادویات دستیاب ہیں مگر رزلٹ غیر تسلی بخش ہوتا ہے اور پریشان عوام کو مزید پریشانی سے ہمکنار کرتے ہیں۔ ''امیر گنجا بال لگوائے غریب گنجا کیا کرے؟'' میرا مقصد صرف مشہور ادویات سے بہتر نسخہ روشناس کرانا ہے۔ یہ نسخہ میرے استعمال میں کئی سالوں سے ہے اور میں نے اس نسخہ سے بہت پیسہ کمایا ہے مگر آج صرف حکیم صاحب سے دلی محبت اور جذبہ خدمت خلق کے جذبہ سے سرشار ہو کر نسخہ تحریر کر رہا ہوں کیونکہ جب حکیم صاحب نے نسخہ جات کو نہیں چھپایا تو ہم کس طرح ان نسخہ جات کو چھپائیں۔ بہر حال عبقری پڑھو اور فراخدلی کا ثبوت دو سینہ میں چھپے راز نسخہ جات کو تحریر کرو اور دکھی انسانیت کی خدمت کر کے دعائیں لیں یہی دعائیں کام آئیں گی۔

نسخہ: ھوالشافی: ایک عدد گلہری کو ماریں اور اس کے پاؤں کاٹ دیں' باقی سب کچھ ویسے ہی رہنے دیں' ایک پاؤ تیل تل لیکر ایک چھوٹی سی کڑاہی میں تیل ڈال کر اس میں گلہری مردہ بھی ڈال دیں اور بالکل ہلکی آگ جلائیں۔ حتیٰ کہ گلہری جل کر کوئلہ ہو جائے۔ آگ پر سے کڑاہی کو اتار کر کسی لوہے کی موصل سے گلہری کے کوئلے کو باقی ماندہ تیل میں خوب گھوٹ کر نہایت پتلی مرہم سی بنا کر محفوظ کرلیں۔ سر پر استرا پھیر کر مرہم لگائیں مرہم کم از کم 6 گھنٹے لگی رہے دوسرے دن صبح دھو کر پھر استرا پھیر کر مرہم لگا دیں سات دن اسی طرح مرہم لگائیں اور ہر روز استرا پھیرنا ضروری ہے۔ انشاء اللہ بہت جلد بال پیدا ہو جائیں گے آزمودہ نسخہ ہے اس کی قدر کریں۔ **نوٹ:** بلیڈ والا استرا استعمال نہ کریں بلکہ دھار والا استرا استعمال کریں جو عموماً نائی صاحبان کے پاس ہوتا ہے جو استرے کو ریتی پر تیز کرتے ہیں وہ والا استرا استعمال کریں۔

مرض نقرس

اس مرض میں دائیں پاؤں کے انگوٹھے میں شدید درد اٹھ کر تمام چھوٹے جوڑوں کو اپنی لپیٹ میں لے لیتا ہے۔ ماؤف جوڑ سرخ و متورم ہو جاتے ہیں شدت مرض میں ہاتھ پاؤں کی انگلیاں کھچتی اور پھڑکتی ہیں اور ان میں سرسراہٹ محسوس ہوتی ہے۔

ھوالشافی: نسخہ:۔ الحلو (سورنجان شیریں)' سورنجان المر (سورنجان تلخ) سناء مکی' فرفیزان (ریوند عصارہ) **علق** (جونک) مصبر ہموزن لیکر سفوف بنالیں اور گوداگھیگوار (ایلو ویرا) میں گوندھ کر کالی مرچ کے برابر گولی بنالیں اور سایہ میں خشک کرلیں۔

طریقہ استعمال: 2 گولی صبح' 2 گولی رات ہمراہ پانی استعمال کریں۔ (تاوقت شفاء)

عصبی دردیں

عصبی درد سے مراد وہ درد ہے جس کا ظاہری سبب معلوم نہ ہو۔ مقامی سوزش اور ورم نہ ہو' عصب ماؤف اور اس کی شاخوں کے محاذی درد کی شکایت ہو اس میں عصبی قوت کے زائل ہو جانے کی وجہ سے عصبی کمزوری پیدا ہو جاتی ہے۔ عصبی افعال میں فتور سے قوائے حیات میں ضعف پیدا ہو جاتا ہے۔

نسخہ:۔ ھوالشافی۔ کپاس 6 ماشہ' لملک 6 ماشہ' زنجبیل' ہلیلہ' فادانیا (عود صلیب) ایک ایک تولہ اور مرجان 2 تولہ تمام اشیاء کو پیس کر پانی کی مدد سے دانہ ماش کے برابر گولیاں بنالیں اور سایہ میں خشک کرلیں۔ **طریقہ استعمال:** ایک گولی صبح ایک گولی رات ہمراہ نیم گرم دودھ کیساتھ کھائیں (تاحصول شفاء)

یہ دونوں نسخہ جات بہت مجرب اور جامع ہیں اور میری پریکٹس میں عرصہ دراز سے استعمال ہو رہے ہیں اور بے شمار لوگوں کو اللہ تعالیٰ نے شفاء دی ہے۔

ریاح کیلئے نسخہ

(نصر اللہ خان نیازی' چمن بلوچستان)

میرے محترم آپ کی حوصلہ افزائی سے متاثر ہو کر اور حوصلہ پا کر آپ کو ایک نسخہ ارسال کر رہا ہوں ہوسکتا ہے کہ میرے کسی بھائی یا بہن کے کام آجائے اور آپ کے ساتھ ساتھ میں بھی دعاؤں میں شریک ہو جاؤں۔

ھوالشافی: خالص ہینگ لے کر قدرے خالص دیسی گھی میں بھون لیں۔

سونٹھ تین تولہ' لاہوری نمک دو تولہ' کالا نمک دو تولہ' لونگ ایک تولہ' خولنجان ایک تولہ' کالی مرچ ایک تولہ' **فلفل** دراز ایک تولہ' چھوٹی الائچی ایک تولہ' کباب چینی ایک تولہ' مصطگی ایک تولہ' **فلفل** مویہ (پپلا مول) ایک تولہ' دیسی اجوائن ایک تولہ' کابلی ہڑ کا چھلکا ایک تولہ' بیڑہ کا چھلکا ایک تولہ' آملہ کا چھلکا ایک تولہ' کلونجی ایک تولہ کے ساتھ ملا کر کوٹ چھان کر باریک سفوف بنالیں اب اس سفوف میں لعاب گھیکوار' ادرک کا پانی اور لیموں کا پانی اس قدر ڈالیں کہ چار انگلی اوپر یعنی تقریباً ڈیڑھ انچ رہے۔ جب یہ پانی خشک ہو جائے تو پھر دوبارہ یہی پانی ڈال دیں جب یہ بھی خشک ہو جائے تو تیسری مرتبہ پھر اتنا ہی پانی دوبارہ ڈال دیں پھر خشک ہونے پر کوٹ پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں اور محفوظ کرلیں۔

ترکیب استعمال: غذا کھانے کے دو گھنٹے یا ایک گھنٹہ کے بعد دو گولی پانی سے کھائیں۔

فوائد: یہ دوا معدے کو طاقت دیتی ہے، ریاح کو خارج کرتی ہے ہاضمہ کو درست کرتی ہے۔ پیٹ کے تن جانے کو مفید ہے ریاحی دمہ کیلئے بہت مفید ہے۔

ایک دوسرا نسخہ بھی عرض خدمت ہے جو کہ میرا آزمودہ ہے۔ کتھ سفید، مصری، طباشیر، چھوٹی الائچی، ست گلو، جونک خشک، سنگجراحت، مغز کنول ڈوڈا ان تمام دواؤں کو برابر ہموزن مقدار میں لے کر کوٹ چھان لیں اور احتیاط سے رکھ دیں۔

مقدار خوراک: ایک چٹکی مذکورہ سفوف کی لے کر بچے کو ایک چمچہ پانی میں ملا کر دے دیں اگر بچہ چھوٹا ہو تو ماں کے دودھ ایک چمچ میں ملا کر دے دیں۔

فوائد: تالو کا گر جانا، سبز دانہ دار پتلے دست، حتیٰ کہ جو پتلے دست کسی صورت بند نہ ہو رہے ہوں ان کیلئے شرطیہ دوا ہے انشاء اللہ فوراً فائدہ ہو گا بہت زیادہ آزمودہ دوا ہے۔

سفوف جریان

(حکیم ریاض حسین، کھڑوال)

علامات: جریان منی میں منی کے قطرے پیشاب میں شامل ہو کر خارج ہوتے ہیں ان کا اخراج کبھی پیشاب کے شروع میں کبھی درمیان میں کبھی آخر میں اور بعض اوقات مسلسل پیشاب کے ساتھ ہوتا ہے۔

نسخہ: کلونجی 10 گرام، سفید موصلی 25 گرام، ثعلب مصری 25 گرام، خشک سنگھاڑا 25 گرام۔ طریقہ استعمال: ان سب کو لے کر اچھی طرح پیس لیں اور سفوف تین گرام رات کو پانی یا دودھ کے ساتھ بیس دن استعمال کریں۔ مذکورہ بالا نسخہ آزمودہ اور انتہائی مجرب ہے کئی مریضوں کو استعمال کرایا کامیاب پایا ایک حافظ جو کہ مریضوں کیلئے اکثر مجھ سے دوا لے جاتا ہے، کا کہنا ہے کہ ہم نے مریضوں کو مختلف دواخانوں کی ادویات استعمال کرائیں مگر مذکورہ نسخہ کو انتہائی کامیاب پایا۔

سیلان الرحم (لیکوریا)

علامات: اس مرض میں عورت کی اندام نہانی سے سفید یا ہلکے زرد رنگ کی رطوبت خارج ہوتی ہے۔ لیکوریا کی مریضہ آہستہ آہستہ کمزور اور لاغر ہو جاتی ہے۔ مرض پرانا اور دائمی ہونے کی صورت میں کمر، سر اور ٹانگوں میں درد رہنے لگتا ہے جسم میں خون کی کمی ہو جاتی ہے اور مریضہ کو چکر آنے لگتے ہیں۔ مریضہ کا مزاج چڑچڑا ہو جاتا ہے۔ لیکوریا کا مرض اگر پرانا ہو جائے تو رطوبت بدبودار ہو جاتی ہے۔

نسخہ: کلونجی 6 گرام، تخم جامن 6 گرام، تخم کیکر 6 گرام، بلگری 6 گرام۔

طریقہ استعمال: ان سب کا سفوف بنا کر آدھا چمچ شام کھانے کے بعد بیس دن استعمال کریں۔ کئی مریضاؤں کو استعمال کرایا انتہائی مفید پایا جو مریضہ ایک دفعہ لے جائے پھر طلب کرتی ہے۔ لیڈی ہیلتھ ورکر نے کئی عورتوں کو استعمال کرایا انتہائی مفید و موثر پایا، کئی بار منگوایا۔

خون کی کمی کیلئے مجرب نسخہ

میری بھابی کو خون کی کمی کا عارضہ تھا، ڈاکٹر نے دو بوتلیں خون لگوانا تجویز کیا تھا میں نے درج ذیل نسخہ استعمال کرایا جس کی وجہ سے خون کی بوتلیں لگانے کی ضرورت پیش نہیں آئی، مریضہ ٹھیک اور تندرست ہو گئی۔

نسخہ: جوہر شفا مدینہ آدھا چمچ صبح شام ہمراہ پانی، کلونجی، کاسنی کے تخم ہم وزن پیس کر سفوف بنائیں۔

طریقہ استعمال: تین گرام دوا گرم دودھ یا شربت یا پانی سے دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔

دیگر فوائد: خون کی کمی کیلئے مفید ہے۔ پیشاب کی سخت جلن کیلئے مفید ہے۔ پیشاب بہت زیادہ آتا ہو یا رک رک کر آتا ہو۔ جگر کی کمزوری، بھوک کی کمی کیلئے مفید ہے۔ خون کی سیاہی کو دور کر کے سرخ اور صالح خون پیدا کرتا ہے۔ ضعف جگر کی وجہ سے ہاتھ پاؤں میں جلن اور تپش کیلئے آزمودہ ہے۔ ضعف جگر کی وجہ سے بخار اور لرزا کیلئے مفید ہے۔

میری والدہ مرحومہ کے پیروں کے تلووں میں شدید جلن ہوتی تھی سردیوں گرمیوں میں رات دن میں کئی بار پاؤں کے تلوؤں پر مہندی لگاتی تھیں کسی دوا سے افاقہ نہ ہوتا تھا۔ سخت سردیوں میں بھی پاؤں بستر کے لحاف سے باہر رکھتیں، مذکورہ نسخہ شربت عناب کے ساتھ دن میں تین بار استعمال کرایا۔ پاؤں کی جلن رفو چکر ہو گئی۔ ضعف جگر کے مریضوں کو استعمال کرایا نہایت مفید پایا۔

شوگر کا مکمل خاتمہ

پہلی بار میں نے یہ نسخہ ایک ایسے شخص پر آزمایا جس کی شوگر کی وجہ سے گھٹنے سے اوپر سے ٹانگ کٹی ہوئی تھی۔ ہم جماعت میں نارووال کے علاقے میں چل رہے تھے ہمارے ساتھ اسلم نامی سرگودھا کا ساتھی تھا اس کی ٹانگ کٹی ہوئی تھی۔ انسولین دس یونٹ صبح، دس یونٹ شام لگاتا تھا۔ میں نارووال سے دوا تیار کر کے لایا مریض کو ایک خوراک سے شاندار افاقہ ہوا۔ میں نے عرض کیا انسولین آہستہ آہستہ کم کرتے کرتے بند کر دیں۔ مریض نے انسولین بہت کم کر دی۔ ایک دن شربت پی رہا تھا میں نے کہا تمہیں تو شوگر ہے اور شربت پیتے ہو تو اس نے کہا اب میں ٹھیک ہوں جب میں نے دوا لی تو یوں محسوس ہوا کہ جلتی آگ پر پانی ڈال دیا ہو۔

میں سکول میں تھا میرے چچا ہانپتے ہوئے پریشان حال آئے جن کو میں پہلی نظر میں پہچان نہ سکا۔ انہوں نے آتے ہی بتایا کہ میرے ایک اور چچا ہیں جنہیں شوگر ہے، وہ میٹھی چائے پی رہے تھے میں نے پوچھا کہ بھائی تمہیں تو شوگر ہے اور میٹھی چائے پیتے ہو اس نے میرا نام لیا کہ بھتیجے نے دوائی بھیجی تھی اس سے میں بالکل ٹھیک ہو گیا ہوں۔ میں بھی شوگر کی دوائی لینے آیا ہوں میں نے ان کو بھی دوائی دی اور ان کو بھی نفع ہوا۔

ایک اور ہماری رشتہ دار مریضہ تھیں شوگر نے برا حال کر رکھا تھا اور انتہائی کمزور بدن تھیں ایک خوراک استعمال کی وہ بھلی چنگی ہو گئیں۔

نسخہ: اندرائن، تخم سرس، گوند کیکر، کلونجی ہم وزن باہم باریک پیس کر سفوف بنائیں۔

طریقہ استعمال: دو ماشہ پانی کے ساتھ استعمال کریں، ایک خوراک سے ہی واضح فرق محسوس ہو گا۔ انشاء اللہ شوگر ختم ہو جائے گی۔ کئی مریضوں کو استعمال کرایا مفید پایا یہ دوا میں مفت مریضوں کو دیتا ہوں۔ چند ہفتے استعمال کریں۔

خطرناک حد تک آؤٹ آف کنٹرول شوگر کیلئے نسخہ

میری والدہ آبائی گاؤں مکھڈ شریف گئی ہوئی تھیں ہمشیرہ کا فون آیا کہ والدہ بیمار ہیں۔ انہیں لینے گاؤں گیا تو ان کو بخار تھا شوگر بڑھی ہوئی تھی اور وہ نیم بے ہوشی میں تھیں ان کو کشتی میں چارپائی پر رکھ کر کالاباغ لائے وہاں بڑی مشکل سے کار پر سوار کرایا گھر تک انہیں کوئی ہوش نہیں تھا میں نے درج ذیل نسخہ استعمال کرایا بالکل نارمل ہو گئیں۔ کافی عرصہ بعد والدہ کو اپنڈکس کا آپریشن کرانا تھا بھائیوں نے کہا والدہ کو شوگر ہے آپریشن کیسے ہو گا چیک کرایا تو شوگر نارمل تھی۔

نسخہ: کلونجی، گوند کیکر، تخم سرس، اندرائن ہم وزن پیس کر فل سائز کیپسول بھر لیں۔

طریقہ استعمال: ایک کیپسول دن میں تین بار اس کے علاوہ اور کئی مریضوں کو استعمال کرایا نہایت مجرب ہے۔

کلونجی گھر کی محافظ

☆ کلونجی کا تیل، جوش دے کر نیم گرم سر پر لگانے سے نزلہ، زکام اور سر درد دور ہو جاتا ہے۔

☆ کلونجی کھانے سے بدن کی خشکی دور ہو جاتی ہے۔

☆ کلونجی کا تیل بدن پر لگانے سے تل ختم ہو جاتے ہیں۔

☆ پانی میں پسی ہوئی کلونجی کے غرارے کرنے سے دانت کا درد دور ہو جاتا ہے۔

☆ کلونجی کو سرکہ میں ملا کر کھانے سے بلغمی ورم رفع ہو جاتا ہے۔
☆ کلونجی کی دھونی دینے سے مچھر اور کھٹمل وغیرہ مر جاتے ہیں۔
☆ کلونجی کو سرکہ میں ملا کر برص یا پھلبہری پر لگانے سے برص دور ہو جاتا ہے۔
کلونجی کی ایک چٹکی آٹھ دس قطرے خالص شہد کے ساتھ ملا کر شہادت کی انگلی سے ہر روز صبح کے وقت بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ کر چاٹنے سے بہت سی بیماریاں دور ہو جاتی ہیں۔
☆ کلونجی کا تیل خارش والی جگہ پر لگانے سے خارش دور ہو جاتی ہے۔
☆ کلونجی اور آدھا حصہ کالا نمک ملا کر کھانے سے پیٹ کا درد ٹھیک ہو جاتا ہے۔
☆ کلونجی کا تیل اور تل کا تیل ملا کر کان میں ڈالنے سے کان کا درد دور ہو جاتا ہے۔
☆ موصلی سفید، موصلی سیاہ، کلونجی، سونٹھ سب کو برابر پیس کر یہ سالن میں ڈالا جائے۔ اعصابی دردوں کیلئے مفید ہے۔
☆ روغن خشخاش دو حصے اور روغن کلونجی ایک حصہ ملا کر کن پٹی پر مالش کرنے سے بے خوابی میں کمی ہوتی ہے۔
☆ ۶ قطرے کلونجی کے تیل رات کو دودھ کے ساتھ استعمال کرنے سے سانس کی نالی بلغم سے صاف ہو جاتی ہے۔
☆ **پیشاب بند ہو جانا:** مکئی کے بال ابال کر چند قطرے روغن کلونجی ڈال کر استعمال کرنے سے پیشاب فوری طور پر جاری ہو جاتا ہے۔
تفصیل کیلئے حکیم صاحب کی کتاب **"کلونجی کے کرشمات"** کتاب پڑھیں۔

روحانی تجربات

دردِ شقیقہ: ہمارے ہیڈ ماسٹر چوہدری برکت علی مرحوم کی بیٹی کو آدھے سر میں درد رہتا تھا میں نے سورۃ التکاثر پڑھ کر اول و آخر درود شریف پڑھ کر دم تین دفعہ کیا بالکل تندرست ہو گئیں۔

ڈاڑھ کا درد

تختی پر پاک مٹی ڈال کر کیل (میخ) سے 'ابجد ہوز حطی'' لکھیں مریض کو متاثرہ ڈاڑھ پر انگلی رکھنے کا کہیں اور صرف الف پر کیل رکھ کر سورۂ فاتحہ پڑھیں اور پھر مریض سے پوچھیں اگر درد ختم ہو جائے تو بس کر دیں ورنہ اس طریقہ سے ہر حرف کیل پر رکھ کر سورۂ فاتحہ پڑھتے جائیں اور پوچھیں آخر حرف پر تو درد انشاء اللہ ختم ہو ہی جائے گا۔

نظر بد کیلئے مجرب

حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جس کو نظر لگ گئی ہو اس پر اس آیت کا پڑھ کر دم کرنا مفید ہے۔

"وَاِنْ یَّکَادُ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا لَیُزْلِقُوْنَکَ بِاَبْصَارِھِمْ لَمَّاسَمِعُوْا الذِّکْرَ وَیَقُوْلُوْنَ اِنَّہٗ لَمَجْنُوْنٌ. (سورۂ قلم۔ آیت 51)

ترجمہ: یہ کافر لوگ جب ذکر (قرآن) سنتے ہیں (تو شدت عداوت سے) ایسے معلوم ہوتے ہیں کہ گویا آپ کو اپنی نگاہوں سے پھسلا کر گرا دیں گے اور کہتے ہیں کہ (نعوذ باللہ) یہ تو مجنون ہیں۔

میری بچی عید کے سارا دن روتی رہی یہ آیت پڑھ کر دم کیا فوراً چپ ہو گئی۔

خاوند کو راہ راست پر لانے کا نسخہ

قُلْ لَّایَسْتَوِی الْخَبِیْثُ وَالطَّیِّبُ وَلَوْ اَعْجَبَکَ کَثْرَۃُ الْخَبِیْثِ ج فَاتَّقُوْا اللّٰہَ یٰاُولِی الْاَلْبَابِ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُوْنَ. (سورۃ المائدہ: آیت 100)

اگر کسی کا خاوند دوسری عورت سے ناجائز تعلق رکھتا ہو یا حرام کی کمائی گھر میں لاتا ہو اسے باز رکھنے کیلئے گیارہ دن تک

کمزوری حافظہ کیلئے

ایک سو اکتالیس مرتبہ مذکورہ آیت کو کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر دم کر کے کھلائیں۔ انشاء اللہ کامیابی ہو گی۔

مخدوم یوسف عزیز، احسان پور

اگر کوئی شخص نسیان کے مرض میں مبتلا ہو اور وہ چیزیں رکھ کر بھول جاتا ہو تو اس مقصد کیلئے باوضو حالت میں چینی کی پلیٹ یا صاف شیشہ پر سورۂ فاتحہ مشک، زعفران سے لکھ کر عرق گلاب یا پانی سے دھو کر پی لے۔ انشاء اللہ نسیان تھوڑے ہی دنوں میں دور ہو جائے گا۔

بھٹکے شوہر کی واپسی: اگر کسی عورت کا خاوند بری عادات کا شکار ہو اور گھر میں ہر وقت جھگڑا رہتا ہو تو ایسی صورت میں چاہیے کہ گیارہ مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر پانی پر دم کرے پھر اپنے خاوند کو پلائے۔ انشاء اللہ شوہر نیکی کے راستے پر گامزن ہو جائے گا۔

بیروزگاری کا خاتمہ: بے روزگار افراد کیلئے یہ عمل بہت نافع ہے۔ اس مقصد کیلئے سورۂ فاتحہ کا یہ عمل انتہائی مجرب ہے اس کا طریقہ یہ ہے کہ چاند کی چودہ تاریخ میں فجر کی نماز کے بعد جمعہ کے دن سے شروع کرے اور ہر روز بلاناغہ اکتالیس دفعہ سورۂ فاتحہ اول و آخر تین تین دفعہ درود پاک پڑھے اسی طرح ہر روز بلاناغہ اکتالیس روز تک پڑھے۔ ہر روز جب سورۂ فاتحہ اکتالیس مرتبہ پڑھ لیا کرے تو درج ذیل دعا پورے خلوص سے پڑھے۔

یَامُفَتِّحُ فَتِّحْ یَا مُفَرِّحُ فَرِّحْ یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ یَامُیَسِّرُ یَسِّرْ یَامُسَھِّلُ سَھِّلْ یَامُنْعِمُ وَحَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ.

بے چینی دور کرنے کیلئے

بعض اوقات طبیعت بوجھل ہو جاتی ہے اور بے چینی ہونے لگتی ہے اسے ختم کرنے کیلئے نماز فجر کے بعد اول آخر تین

سر کی خشکی کیلئے

تین دفعہ درود شریف پڑھ کر درمیان میں 125 دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھے اسی وقت بے چینی کا خاتمہ ہو جائے گا۔ انشاء اللہ

(تبسم ارشاد خیابان راولپنڈی)

ثابت دھنیا ایک چھٹانک لے کر تھوڑے سے اصلی دیسی گھی میں جلا کر نیم گرم سر پر لگائیں رات کو سر پر لگائیں صبح سر دھولیں۔ صبح لگائیں شام کو دھولیں انشاء اللہ ایک ہفتہ لگانے سے ہی فرق پتہ چل جائے گا۔ تین چار دفعہ لگائیں خشکی ختم ہو جائے گی۔

جلے کیلئے: مشک کافور کی دو عدد ٹکیاں لے کر پیس لیں، دیسی گھی میں یا سرسوں کا تیل گرم کر کے پسی ہوئی ٹکیوں کا پاؤڈر مکس کر لیں یہ مرہم سی بن جائے گی اسے فوراً جل جانے والے یا زخم پر چھالے بنے ہوں تو بھی چھالوں پر نہ لگے سائیڈوں پر لگانے سے فوراً سکون محسوس ہو گا۔

بھڑ (تبوڑی) کاٹنے پر پڑھیے: پیلی والی تبوڑی جو کہ گرمیوں میں اکثر جگہوں پر پائی جاتی ہے کاٹ لیں تو فوراً یہ دعا پڑھ کر اپنا لعاب دہن لگا کر اس جگہ پر لگا دیں انشاء اللہ ایسا

نکسیر کی شکایت کیلئے

سکون ہو گا کہ جیسے کچھ ہوا ہی نہ ہو۔ آیت یہ ہے:۔ ''وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ۔ (الشعرآء آیت 130)

(عقیل احمد صدیقی، راولپنڈی)

جن خواتین و حضرات کو نکسیر آنے کی شکایت ہو وہ ناریل (کھوپرا) تازہ یا خشک آدھا حصہ یا 125 گرام لیکر مٹی کے کورے پیالے یا مٹی کے کورے گھڑے میں ڈال کر تین گلاس پانی ڈال دیں روزانہ صبح نہار منہ اس میں سے ایک گلاس پانی پی لیں اور تھوڑا سا ناریل کا ٹکڑا بھی کھا لیں۔ جتنا پانی کم ہو جائے اتنا پانی ڈال دیں۔ ایک ہفتہ میں انشاء اللہ فائدہ

نسخہ برائے کھانسی و ورم حلق

ہو گا۔ آئندہ نکسیر نہیں آئے گی۔ مجرب ہے، آزمودہ ہے۔
کسی کو نکسیر آ گئی ہے اور فوراً بند کرنی ہے تو ملتانی مٹی (گاچی) پر

چندقطرے پانی ڈال کر سونگھیں منٹوں میں نکسیر بند ہوجائیگی۔

(محمد زمان خٹک ہنگو)

اجزاء: آدھا کپ شہتوت (خشک)، گڑ ایک ڈلی۔ چائے کی پتی۔

دو کپ پانی میں آدھ کپ شہتوت، ایک عدد گڑ کی ڈلی اور حسب ذائقہ چائے کی پتی ڈالیں اور اتنا ابالیں کہ پانی تقریباً آدھا رہ جائے اتار کر چھان لیں اور گرم گرم پئیں۔امید ہے کہ دو تین خوراک سے تکلیف بالکل رفع ہوجائے گی۔انشاءاللہ۔

نسخہ ہذا ناچیز نے اپنے سات سالہ بیٹے کو بارہا استعمال کرایا ہے اور کامیاب پایا ہے جس کی کھانسی مختلف انٹی بائیوٹکس، کف سیرپس اور انجکشن سے بھی نہ تھمتی تھی اس نسخہ کی پہلی خوراک سے ٹھیک ہوگئی۔

نسخہ برائے بلغم وخرابی سینہ

اجزاء: تازہ شلغم، چینی

ایک موٹا اور تازہ شلغم لیں اوپر کے طرف سے گول قاش (ڈھکن کی طرح) برابر کاٹ دیں اب شلغم کے درمیان میں ایک گڑھا سا بنائیں۔اسے چینی سے بھر دیں اور رات بھر کھلے آسمان میں رکھ دیں۔کاٹی گئی کاش اوپر رکھ کر بند کریں اور کناروں کو اچھی سی ٹیپ سے بند کریں۔صبح ناشتہ سے گھنٹہ بھر قبل نہار منہ شلغم کے اندر بنے شربت کو پئیں اور شلغم کو کھائیں اور مذکورہ بیماری سے چند دن کے استعمال کے بعد نجات پائیں۔انشاءاللہ۔

نسخہ برائے موچ

اجزاء: سرسوں کا تیل ایک تولہ، نمک ایک تولہ، بکری کے بال

دانتوں کے سیاہ نشان ختم کرنے کیلئے

ایک تولہ۔ٹھوکر کھانے، گرنے یا دوڑنے سے ہاتھ پاؤں میں موچ آجائے تو مذکورہ تینوں اجزاء مکس کرکے خوب گرم کریں۔قابل برداشت حالت میں متاثرہ جگہ پر باندھیں۔انشاءاللہ موچ کے درد سے نجات مل جائے گی۔

(سعیدہ بی بی، سرائے عالمگیر)

چنبیلی کے پتے ابال لیجئے اور ہر صبح اس کے پانی سے کلیاں کیجئے تو دانتوں پر پڑے سیاہ نشان ختم ہوجائیں گے اور دانتوں میں چمک پیدا ہوجائے گی۔

آنکھ میں چونے کی چھینٹ پڑ جائے: چونے کی چھینٹ آنکھ میں پڑ جائے تو پھٹکڑی پانی میں حل کرکے آنکھ میں ڈال دیں شفاء ہوگی۔

نیند لانے اور دماغ و آنکھوں کے سکون کیلئے: اپنے پاؤں کے تلوؤں پر خالص سرسوں کا تیل رات کو سوتے وقت ملیں اور چار پانچ منٹ ہر روز سونے سے قبل ایسا کیجئے۔اس سے دماغ کو تراوٹ وسکون ملے گا' نظر بڑھے گی اور سکون سے نیند آئے گی۔یادداشت تیز کرنے کیلئے اس سے بہتر چٹکلہ اور کوئی نہیں ہے۔

کمر کا درد دور کرنے کیلئے: سائنسدانوں نے جدید تحقیق کرکے کمر کا درد دور کرنے کیلئے ایک ترکیب معلوم کی ہے جو بڑی حیرت انگیز معلوم ہوتی ہے لیکن بہت مفید ہے۔

ایک گدا ایسا بنوائیے جو 3 فٹ چوڑا اور 4 فٹ لمبا ہو اس میں بجائے روئی بھروانے کے ثابت گندم چند سیر بھروا دیجئے تھوڑے ہی عرصے میں کمر درد ختم ہوجائے گی۔

قے روکنے کیلئے: زیادہ قے آتی ہو تو سفید زیرا ذرا سی چینی میں ملا کر تھوڑے سے پانی میں گھول کر پی لیں اس سے کافی فائدہ حاصل ہوگا بار بار قے اور متلی آتی ہو تو دو تین بار چھوٹی الائچی چبانے سے متلی اور قے بند ہوجاتی ہے۔

گھبراہٹ اور بے چینی: گھبراہٹ اور بے چینی میں نارنگی انار اور انگور بہت مفید ہیں

پیشاب کی کمی اور سوزش: پیشاب کی کمی اور سوزش میں کھیرے، ککڑی اور تربوز سے بہت فائدہ ہوتا ہے جلا ہوا زہریلا مواد بذریعہ پیشاب خارج ہوجاتا ہے، پتھری کا مواد نکل جاتا ہے۔

خناق: خناق میں شہتوت مفید ہے۔

چہرے کا رنگ صاف کرنے کیلئے ایک خاص نسخہ

لیموں کا تازہ رس دو اونس، گلیسرین، ٹنچر نبرائن سمپل دس قطرے سنگترے کا عرق دس قطرے، بادام روغن خالص دو تولے۔

ترکیب: لیموں کے عرق کو مقطر کرلیں (شیشے کی قیف لے کر اس میں روئی رکھ کر عرق ڈال دیں نیچے شیشے کا گلاس یا کوئی برتن رکھ دیں عرق مقطر ہوجائے گا) پھر ان تمام اشیاء کو کسی صاف شیشی میں ملالیں بس یہ ایک لاجواب لوشن تیار ہے رات کو سوتے وقت چہرے پر مل کر سوجائیں۔صبح تازہ پانی اور کسی اچھے صابن سے چہرہ دھولیں چند یوم کے استعمال سے چہرے کی رنگت نکھر جائے گی۔چھائیاں داغ دور ہوجائیں گے اور چہرہ گلاب کی مانند تازہ وشاداب نظر آئے گا۔

نوٹ: استعمال کرنے سے پہلے شیشی کو خوب ہلالیا کریں۔

ہر حاجت کیلئے خاص عمل

حکیم صاحب آپ کو ایک خاص عمل بھیج رہی ہوں یہ عمل میں نے خود بھی کیا ہوا ہے۔یہ ایک بہت خاص عمل ہے ہر مقصد

حاضری کیلئے خاص عمل

اور ہر حاجت کو پورا کرنے کیلئے اور جائز کام کیلئے صرف ایک مرتبہ کرنا ہے اپنے پورے یقین اور دل کے ساتھ اول وآخر گیارہ گیارہ بار درود شریف گیارہ بار استغفراللہ' سورۃ انفطار 72 دفعہ پڑھنی ہے۔ہر حاجت اور مقصد پورا ہوگا انشاءاللہ اللہ کے فضل وکرم سے ہر کام ضرور پورا ہوگا۔

(نصراللہ معاویہ، وہاڑی)

عبقری کے قارئین کیلئے سینے کا ایک راز لکھ رہا ہوں۔یہ ایک حاضری ہے جس کے ذریعے سے دشمنوں کی دشمنی دوستی میں، نفرت محبت میں بدل سکتے ہیں۔اس کے علاوہ جنات کو بھگانا جادو ٹونہ کا اثر دور کرنا' اسی حاضری مؤکلین کے ذریعے کرسکتے ہیں۔قابل قدر حاضری ہے۔

جو احباب اس سے فائدہ اٹھائیں وہ اس عاجز کیلئے دعا فرمادیں۔مجھے یہ حاضری کئی سال کی محنت کے بعد ملی تھی۔

طریقہ: حاضری کا طریقہ یہ ہے دس بارہ سال کے بچے کے دائیں ہاتھ کے ناخن پر سرسوں کا تیل لگادیں۔11 مرتبہ مالک یوم الدین پڑھیں پھونک ماریں۔3 مرتبہ ایسا کریں۔پھر بچے سے کہیں کہ آپ کے ساتھ یہ لفظ دہرائے۔

شاہ جنات کا تخت حاضر ہو، حاضر ہو۔

یہ جملہ تین مرتبہ کہیں۔انشاءاللہ حاضری کھل جائے گی۔سب سے پہلے بچے کی معرفت ادب سے سلام کریں اس کے بعد سوال

عجیب وغریب نسخہ

جواب کریں۔آپ جو بھی سوال پوچھیں ان کا جواب ملے گا۔یاد رہے جو سوال بھی پوچھیں وہ شرعاً جائز ہونے چاہئیں اور جو کام بھی ان سے لیں وہ بھی شرعاً جائز ہونا چاہیے ورنہ نقصان کیلئے خود تیار رہیں۔یہ کوئی کتابی حاضری نہیں ہے یہ میری سالہا سال سے مجرب ہے۔جو مؤکل حاضر ہوگا اس کا نام سلیمان ہوگا۔

(بشریٰ سلطانہ، اٹک)

میرا تعلق آپ کے شعبہ سے ہے ایسے نایاب موتی میرے پاس کافی سارے ہیں میں بھی چاہتی کہ وہ عوام الناس کے کام آئیں اور مجھے دعائیں ملیں۔میرے والد محترم اور بھائی بھی حکیم ہیں اس لیے بھی مجھے حکمت ورثے میں ملی ہے۔میں یہ موتی آپ کو اور عوام کو عطیہ کرنا چاہتی ہوں۔

ایک دیسی مرغی کا انڈا لیکر اس کے اوپر تاریخ مہینہ لکھ کر

خاص ایڈیشن کیلئے آزمودہ خاص عمل

کسی محفوظ جگہ پر رکھ دیں یہ بھی لکھنا ہے کہ یہ انڈا بطور دوا ہے کوئی نہ توڑے پورے ایک سال کے بعد انڈا توڑیں اس کے اندر سے جو کچھ نکلے وہ پیس لیں انتہائی خوبصورت چمکدار ہڑتال ورقی کے رنگ جیسا کشتہ تیار ہے۔ یہ کشتہ ایک رتی خوراک ہے۔ نمونیا' ذات الجب' طاقت کیلئے اور بہت سے فوائد ہیں۔ آپ خود اس کے فوائد سمجھ سکتے ہیں۔

(بنت جمشید چغتائی)

جب آپ چاہیں کہ بارش ہو تو اچھی طرح وضو کر کے دو نفل صلوٰۃ الحاجات پڑھ کر 100 مرتبہ پانچواں کلمہ پڑھیں اور خلوص دل اور مکمل یقین سے دعا کریں انشاء اللہ العزیز بارش ضرور ہوگی۔ کچھ عرصہ پہلے میرے ایک کزن کراچی سے آئے وہ کہنے لگے میں نے تو سنا تھا کہ دوآبہ میں بارش بہت ہوتی ہے مگر میرے سامنے تو نہیں ہوئی حالانکہ وہ صرف 4 دن رہے تھے تو میں نے کہا آپ نے بارش دیکھنی ہے؟ تو ابھی لیجئے۔ میں وضو کی حالت میں تھی میں نے پانچواں کلمہ پڑھنا شروع کر دیا صرف 5 منٹ کے بعد کالے سیاہ بادل آئے حالانکہ پہلے آسمان صاف تھا اور بارش شروع ہوگئی اور ساتھ میں ژالہ باری بھی۔ میں لگاتار کلمہ پڑھتی رہی اور بارش بھی شدید سے شدید تر ہوتی گئی کیونکہ وہ کراچی کے رہنے والے تھے انہوں نے شاید اتنی شدید بارش بمع ژالہ باری شائد نہیں دیکھی تھی تو وہ اندر سے گھبرا گئے اور میرے سامنے ہاتھ جوڑ کر بولے خدا کیلئے بس کرو جو پڑھ رہی ہو میں نے کلمہ پڑھنا بند کر دیا اور بارش کچھ دیر میں آہستہ ہوتے ہوتے رک گئی۔ یہ ہمارے گھر کا آزمودہ عمل ہے بارش کیلئے۔

یہ ہماری امی کی مہربانی اور اللہ رب العزت کی کرم نوازی ہے کہ جب ہم نے ہوش سنبھالا تو 6 کلمے' نماز' آیت الکرسی کے علاوہ آخری سورتیں یاد تھیں۔ کیونکہ ہماری امی جب ہم بہن بھائی لیٹتے تھے تو وہ اونچی آواز میں پڑھتی تھیں۔ کچھ دنوں بعد سنتی تو ہمیں یاد ہوتی تھی اور میں جب بھی چاہتی ہوں کہ بارش ہو تو وضو کر کے نفل پڑھ کر پانچواں کلمہ پڑھنا شروع کر دیتی ہوں۔ گنتی نہیں کرتی۔ محلے کے کچھ بچے قرآن شریف پڑھنے آتے ہیں وہ ویسے ابھی نورانی قاعدہ یا سپارے میں ہیں مگر میں نے انہیں بھی 6 کلمے بمع ترجمہ یاد کروا دیئے ہیں اور جب بارش نہیں ہوتی تو انہیں بھی تسبیح دیکر بٹھا دیتی ہوں کہ آج پانچواں کلمہ پڑھو اور آج تک ایسا نہیں ہوا کہ ہم نے کلمہ پڑھا ہو اور بارش نہ ہوئی ہو۔ یعنی کہ رزلٹ 100% ہیں۔ آزمائش اور یقین کامل شرط ہے۔ میں نے گوجرانوالہ میں اکثر دیکھا ہے جب بارش نہیں ہوتی تو پانی لیکر چھت پر کھڑے ہو جاتے ہیں تاکہ نیچے سے گزرنے والے پر پانی پھینکا جائے اور اگر کوئی زیادہ غصہ والا شخص ہو تو مزید سونے پر سہاگہ۔ کیونکہ ان کا ٹونہ ہے کہ یہ جتنی گالیاں دے گا جتنی بددعائیں دیگا یا جتنا برا بھلا کہے گا اتنی تیز بارش ہوگی تو میری سب سے احتراماً عرض ہے کہ کسی دوسرے مسلمان کو اذیت دینا کسی مسلمان کو گوارہ نہیں کرتا۔

نہ کسی طرح جائز ہے۔ کسی دوسرے کو تکلیف دینے سے لاکھ درجے بہتر ہے آپ وضو کر کے نفل پڑھ کر تسبیح پڑھ لیں۔ جو چھت پر کھڑے ہو کر کسی کے گلی سے گزرنے کا انتظار کرتے ہیں وہ ٹائم ذکر میں لگائیں۔ یہاں آپ کو گالیاں بددعائیں سننے کی بجائے 3 فائدے ہونگے اللہ فرماتے ہیں امت محمدی ﷺ کا چاہے جتنا بھی گنہگار بندہ صرف ایک مرتبہ کہہ دے یا اللہ میری توبہ۔ تو میں اس کے سارے گناہ بخش دونگا جبکہ پانچویں کلمے میں اپنے ہر گناہ کی معافی ہے۔ آپ کو بارش ملے گی' استغفار کرنے پر پچھلے گناہ بھی انشاء اللہ معاف ہو جائیں گے اور آپ پھر پاکیزہ ہو جائیں گے۔ جو ٹائم ذکر میں لگے گا اس کا حساب بھی نہیں اور اجر الگ سے۔ کیوں ہے نا لاجواب!

سورۃ الکوثر کے فضائل

اگر اللہ تعالیٰ نے آپ کو رزق محدود دیا ہے اور مہمان زیادہ آگئے ہیں تو پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ آپ نے جو کچھ بھی پکایا ہے بسم اللہ کے ساتھ 21 مرتبہ سورۃ الکوثر پڑھ کر کھانے پر پھونک دیں اور بے فکر ہو جائیں۔ اب اللہ تعالیٰ کے ذمہ ہے برکت ڈالنا اور انشاء اللہ وہ خود کافی ہے میرے چاچو کے بیٹے کی شادی تھی ناشتہ کرانا میری پھوپھو اور بہن کی ڈیوٹی تھی۔ پھوپھو نے چنے بنائے' جب چاچو نے دیکھے تو بولے چنے کم ہیں مہمان زیادہ ہیں کچھ اور بھی بنالو۔ اب پھوپھو بڑی پریشان ہوئی کہ دسترخوان لگ چکا ہے اتنی جلدی دوبارہ کیسے تیار کروں۔ تو میری بہن نے کہا پھوپھو فکر مت کرو۔ یہ چنے سب کھائیں گے بھی اور بچ بھی جائیں گے اور بہن نے سورۃ الکوثر پڑھ کر پھونک دی جب ناشتہ ختم ہو گیا تو بہن نے پھوپھو سے کہا چنے بچ گئے ہیں۔ دوسرے دن جب پھوپھو نے ناشتہ بنایا تو میری بہن سے بولی جو کچھ کل پڑھ کر پھونکا تھا آج پھر پھونک دو۔ مگر یہ عمل صرف غریب اور مستحق افراد کیلئے ہے۔ باقی جن کے رزق میں اللہ تعالیٰ نے فراوانی دی ہے وہ مہمانوں پر دل کھول کر خرچ کریں۔ ورنہ اللہ تعالیٰ روز آخرت ایک گھونٹ پانی کا بھی حساب لیں گے مگر مہمان نوازی وہ واحد چیز ہے کہ آپ ایک ٹائم کے 100 کھانے بھی مہمان کیلئے لگائیں تو وہ اسراف میں نہیں آتا۔ باقی وضو کا پانی بھی زیادہ استعمال کرنا اسراف میں آتا ہے۔

14 نورانی حروف

اکثر حضرات تازہ روزی والے نہیں ہوتے یعنی ماہوار تنخواہ والے ہوتے ہیں تو ان کے گھر راشن بھی اکثر شروع کی تاریخوں میں آتا ہے پھر جیسے جیسے مہینہ ختم ہوتا ہے راشن بھی ختم ہوتا جاتا ہے' کبھی یہ چیز نہیں تو کبھی وہ چیز نہیں کیونکہ ہمارے اپنے گھر کا یہی سسٹم ہے۔ تو آپ یہ کریں کہ جب

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد مشکور رہوں گے۔ (ادارہ)

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول شدہ تحریریں

شوکت شاہین' خانیوال۔ ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ محمد ادریس' ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک۔ احمد رضا شاہ' سوات۔ پروفیسر حافظ عبدالشکور' چکوال۔ سید واجد حسین بخاری' احمد پور شرقیہ۔ محمد سعید علوی' چکوال۔ محمد فاران' ارشد بھٹی' ضلع مظفر گڑھ۔

چہرے کیلئے سوفٹنگ ماسک

بہت سستا ہے اس میں صرف دودھ کا استعمال کیا جاتا ہے۔ کاٹن وول لیکر اسے دودھ میں ڈبوئیں اور پورے چہرے پر لگائیں۔ کم از کم 20 سے 30 منٹ تک اسے چہرے پر لگا رہنے دیں۔ بعد میں ٹھنڈے پانی سے صاف کرلیں۔ (صائمہ کراچی)

آپ کے گھر کا راشن آئے تو ہر چیز پر 14 نورانی حروف انگلی کی مدد سے لکھ لیا کریں تو آپ دیکھیں گی کہ مہینہ تو ختم ہوجائیگا مگر آپ کے گھر کا راشن انشاءاللہ باقی ہوگا۔

حضرت عبدالرحمٰن بن عوفؓ یہ عشرہ مبشرہ میں سے ہیں (جنہیں دنیا میں جنت کی خوشخبری مل گئی تھی) یہ اپنے تمام مال اسباب اولاد مویشی پر 14 حروف لکھ دیا کرتے تھے اور اپنے وقت کے امیر کبیر تاجر تھے۔ رسول ﷺ نے جب انہیں جنت کی خوشخبری دی تو فرمایا عبدالرحمٰنؓ تم نے آنے میں بڑی دیر کردی تو عبدالرحمٰنؓ رونے لگے۔ یارسول اللہ ﷺ! میں کیوں دیر سے آیا تو آپ ﷺ نے فرمایا مال کی کثرت نے تمہیں روک رکھا تھا۔ یعنی تمہیں اپنے مال کا حساب دینے میں اتنی دیر ہوگئی کہ سب سے آخر میں آئے۔

وہ چودہ نورانی حروف ذیل ہیں:

ا۔ح۔ص۔س۔ک۔ع۔ط۔ق۔د۔ھ۔ن۔م۔ل۔ی۔

بہتر دعا وہ ہے جو اسمائے الحسنیٰ کے بعد ان حروف نورانیہ کے ساتھ مانگی جائے گھر یا کسی جائز موقع کے استعمال کیلئے کچھ اسٹاک کریں تو ان پر بھی لکھ لیں انشاءاللہ ہر طرح کے نقصان سے محفوظ رہیگا۔ بشرطیکہ جائز کام کیلئے سٹاک کیا گیا ہو۔

شائد 7 کے ہندسے میں کوئی خاص حکمت ہے

شاید اللہ رب العزت نے 7 کے ہندسے میں کوئی خاص حکمت رکھی ہے کہ اللہ رب العزت نے 7 زمینیں‘ 7 آسمان‘ 7 ہفتے کے دن‘ 7 قرآن کریم کی منزلیں‘ 7 دنیا کے براعظم‘ 7 قوس قزح کے رنگ‘ 7 چکر طواف کعبہ کے‘ 7 کنکریاں حج میں شیطان کو مارنا‘ 7 آیت سورۂ فاتحہ کی اور 7 قسمیں شہید اللہ کی راہ میں قتل ہونے کے علاوہ ہیں: پیٹ کی بیماری میں مرنے والا شہید‘ ڈوب کر مرنے والا شہید‘ نمونیے میں مرنے والا شہید‘ طاعون میں مرنے والا شہید‘ آگ میں جل کر مرنے والا شہید‘ کسی چیز کے نیچے دب کر مرجانے والا شہید جو عورت حمل یا نفاس میں مرجائے وہ شہید۔

7 خوش نصیب افراد جنہیں حشر کے دن عرش کا سایہ ملے گا

حدیث ہے سات آدمی ایسے ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ قیامت کے دن اپنے عرش کے سائے میں لے گا جس دن اور کوئی سایہ نہ ہوگا۔

عادل حکمران‘ وہ نوجوان جو اپنے رب کی عبادت ومحبت میں جوان ہوا ہو‘ وہ آدمی جس کا دل مسجد میں اٹکا ہو‘ وہ دو آدمی جو خالص اللہ تعالیٰ کیلئے محبت کریں دنیاوی کوئی غرض نہ ہو‘ وہ شخص جسے حسب ونسب والی خوبصورت عورت برائی کی دعوت دے اور وہ کہے میں اللہ سے ڈرتا ہوں‘ جو چھپ کر صدقہ دے حتیٰ کہ بائیں ہاتھ کو بھی خبر نہ ہو جو دیا ہے‘ جو تنہائی میں اللہ رب العزت کو یاد کرے اور اس کے آنسو بہہ نکلیں۔

7 کبیرہ گناہ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے حضرت محمد ﷺ نے ارشاد فرمایا 7 مہلک اور تباہ کن گناہوں سے بچو۔ صحابہ رضی اللہ تعالیٰ عنہم اجمعین نے دریافت فرمایا وہ سات گناہ کیا ہیں؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: شرک‘ جادو کرنا‘ کسی کو ناحق قتل کرنا‘ سود کھانا‘ یتیم کا مال کھانا‘ جان بچانے کیلئے جہاد میں لشکر اسلام کا ساتھ چھوڑ کر بھاگ جانا‘ اللہ کی پاکدامن اور بھولی بھالی بندیوں پر زنا کی تہمت لگانا۔ **(بخاری ومسلم)**

7 عظیم نیکیاں: بزرگ کا قول ہے جو 7 باتوں کا اہتمام کریگا وہ اللہ رب العزت کے نزدیک ترین ہوگا۔ اس کے گناہ معاف کیے جائیں گے چاہے وہ سمندر کی جھاگ کے برابر ہی کیوں نہ ہوں اس کی زندگی اور موت دونوں بہتر ہونگی۔

ہر اچھے کام سے پہلے بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْم پڑھنا‘ ہر اچھے کام سے فارغ ہوکر الحمدللہ کہنا‘ لغو بات یا گناہ کے بعد استغفراللہ کہنا‘ آئندہ کیلئے کوئی اچھا کام کا ارادہ کرتے وقت انشاءاللہ کہنا‘ کسی بھی ناگوار بات پر لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰہ پڑھنا کسی کی موت یا تکلیف یا مصیبت پر اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ پڑھنا‘ ہر وقت کلمہ طیبہ سے زبان کو تر رکھنا یعنی ہر وقت اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتے رہنا۔

جمعہ کے دن 7 افضل اعمال

حضرت اوس بن اوس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص جمعہ کے روز ان سات اعمال کو بجالائیگا اسے ہر قدم پر ایک سال نفلی روزے اور رات کی عبادت کا ثواب ملے گا‘ وہ 7 اعمال یہ ہیں۔ 1۔ غسل کرنا‘ 2۔ اچھے صاف ستھرے کپڑے پہننا‘ 3۔ جمعہ کیلئے جلدی کرنا‘ 4۔ مسجد کی طرف پیدل جانا‘ 5۔ امام کے قریب یعنی پہلی صف میں بیٹھنا‘ 6۔ خاموشی سے خطبہ سننا‘ 7۔ خطبے کے دوران کوئی لغو کام یا بات نہ کرنا۔ **(ترمذی۔ ابوداؤد)**

ایک موقع پر 7 نصیحتیں

نکسیر کیلئے روحانی علاج

حضرت ابوذر غفاریؓ نے حضرت محمد ﷺ سے عرض کیا مجھے کچھ نصیحت کی باتیں ارشاد فرمائیں تو آپ ﷺ نے فرمایا:۔ ہمیشہ تقویٰ سے رہو یعنی اللہ سے ڈرتے رہو‘ خاموش رہا کرو‘ زیادہ مت ہنسو‘ قہقہہ مار کر مت ہنسو اس سے چہرے کا نور جاتا ہے‘ ہمیشہ اپنی برائیوں اور کوتاہیوں پر نظر رکھ دوسرے کے عیبوں پر نہیں‘ اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگتے رہو۔

اور سب سے بڑی بات: اللہ رب العزت اپنے بندوں سے ماؤں سے بھی 70 گنا زیادہ پیار کرتے ہیں۔

(سید قاسم رضا ہوتی‘ مردان)

یہ علاج پچھلے آٹھ سال سے ہمارے زیر مشاہدہ ہے اور نکسیر پھوٹنے کیلئے بڑا مؤثر ثابت ہو چکا ہے اور چند دن استعمال کے بعد مریض ٹھیک ہوگئے۔

سفید کاغذ پر کالی روشنائی سے (سرکاری سکولوں کے شاگرد جس سیاہی سے تختی پر لکھتے ہیں) اللہ تعالیٰ کا اسم یَا مَنِیْعُ مرتبہ لکھیں۔ کاغذ کو جلائیں‘ جلا ہوا کاغذ مسل کر نکسیر کے مریض کو سنگھائیں۔ چند بار عمل کرنے سے نکسیر کا مرض ختم ہوجاتا ہے۔ **نوٹ:** اس کاغذ کو (یعنی کاغذ کی راکھ کو) کسی پاک جگہ‘ کیاری‘ پاک بہتے ہوئے پانی نہر دریا‘ ندی میں احترام سے بہادیں تاکہ اللہ تعالیٰ کے مقدس نام کی بے حرمتی نہ ہو۔

عمل برائے روزگار اور دوسرے جائز مقاصد کیلئے

یہ روحانی عمل ہماری والدہ کو ایک روحانی بزرگ خاتون (جو اب وفات پاچکی ہیں) نے خاندانی مسائل کے حل کیلئے بذریعہ خط ارسال فرمایا (**عمل ارسال خدمت ہے**) یہ عمل اب تک دو جگہ ہمارے مشاہدے میں (روزگار کیلئے) دو خواتین نے اپنے بیٹوں کے روزگار کیلئے پڑھا اور دونوں جگہ بچوں کو بڑی اچھی جگہ روزگار مل گیا۔

وظیفہ: اسم اعظم یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ رات کو عشاء کی نماز کے بعد اول وآخر درود شریف کے ساتھ 3125 مرتبہ پڑھیں۔ 40 دن تک پڑھیں۔ یہ کل ایک لاکھ پچیس ہزار مرتبہ بنے گا۔ اگر کسی دن کسی مجبوری کے تحت ناغہ ہوجائے تو دوسرے دن وہی 3125 مرتبہ پڑھنا ہے‘ ڈبل نہیں پڑھنا اسی طرح 40 دنوں میں ٹوٹل ایک لاکھ پچیس ہزار مرتبہ پڑھیں اور

منہ میں چھالے

ساتھ روزانہ دعا اپنے ایک مقصد کیلئے مانگتے رہیں۔

گمشدہ چیزوں کیلئے روحانی عمل

سورۃ والضحیٰ کسی بھی گمشدہ چیز کیلئے خصوصاً گھر میں گمشدہ چیزوں کیلئے پڑھیں اگر گھر میں کوئی چیز گم ہوجائے اور نہ مل رہی ہو تو بے شمار مرتبہ سورۃ والضحیٰ پڑھنا شروع کردیں۔ وہ چیز سامنے پڑی ہوئی مل جائے گی۔ ہمارا لاتعداد مرتبہ کا تجربہ

ہے۔اگر کوئی بندہ گم ہو جائے تو روزانہ 11 سومرتبہ اول و آخر درود شریف کے ساتھ اجتماعی طور پر 3 دن تک پڑھیں بندے کا سراغ مل جائے گا۔

(بلال سلیم' اسلام آباد)

کمر درد کیلئے بہترین چیز

موبائل فون کی ٹارچ آن کر کے اندھیرے کمرے میں جا کر جہاں کوئی روشنی نہ ہو۔ٹارچ کے آگے بلیو رنگ کا (سلافین پیپر) جو مٹھائی کے ٹوکروں پر لگایا جاتا ہے لگا دیں۔دو تین مرتبہ تہہ لگا کر اب ایک مرتبہ درود ابراہیمی باوضو پڑھیں اور متاثرہ جگہ پر کچھ دیر کیلئے ٹارچ کی روشنی ڈالیں پھر روشنی ختم کر دیں اور ایک مرتبہ پھر درود ابراہیمی پڑھیں۔ صرف دو تین کریں چھالے بالکل ٹھیک ہو جائیں گے اور تکلیف سے بھی نجات مل جائے گی۔

(اہلیہ محمد عبداللہ)

بھینس کا دودھ پہلے دن کا لیکر دودھ میں چینی ڈال کر اس کا کھویا بنا لینا ہے۔(ایک کلو دودھ میں ایک پاؤ بیسن ڈال لینا ہے۔) سب سے پہلے بیسن کو گھی میں بھون لینا ہے اس کے بعد دونوں کو ملا کر پھر بھون لینا ہے جب گھی چھوڑ دے تو اسے نیچے اتار لینا ہے۔مزے دار بیسن کے حلوے کی ڈش تیار ہے۔میوہ جات بھی ڈال سکتے ہیں۔

پہلے دن کا دودھ کچا ایک گلاس پی لیا جائے تو چالیس سال کی طاقت کے برابر ہے۔(اس دودھ کو بولی بھی کہتے ہیں)

☆ سالن میں اگر مرچیں کم رہ جائیں تو تھوڑے سے دودھ میں ڈال کر سالن میں ڈال دیں اگر چہ سالن پک ہی گیا ہو تھوڑی دیر کیلئے چولہے پر رکھ دیں سالن میں حسب منشاء مرچیں ہو جائیں گی۔

☆ اگر گھر کا دہی بنانا ہو تو چاٹی کی لسی کا اوپر والا پانی اتار کر نیچے سے گاڑھی لسی لے لیں آلو ابال کر گرینڈ کر لیں اور اس لسی میں ملا لیں۔گھر کا مزے دار دہی تیار ہے۔

☆ اگر گوشت گلنے میں نہ آتا ہو تو تھوڑی سی چمچ کا چوتھائی حصہ چینی ڈال دیں آسانی سے گوشت گل جائے گا۔اگر سالن میں نمک تیز ہو جائے تو آٹے کا پیڑہ بنا کر سالن میں ڈال دیں نمک کم ہو جائے گا۔

☆ اگر میٹھے آلوؤں کو نمکین کرنا ہو تو آلو کاٹ کر نمک لگا دیں آلو جب پانی چھوڑ دیں تو آلوؤں کو دھولیں مٹھاس ختم ہو جائے گی۔سالن نمکین بن جائے گا۔

مقوی دماغ کیلئے: ایک کپ ملائی' کھوپرا پسا ہوا ایک کپ' پسی ہوئی چینی حسب منشاء' الائچی 4 عدد۔ ملائی اور چینی ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں چمچ ہلاتی رہیں جب گھی چھوڑ دے تو پسا ہوا کھوپرا الائچی ڈال کر مکس کریں پھر ٹرے میں جما دیں سب کو پسند آئے گی۔

سر درد کیلئے

غصے کا علاج: عبقری میں غصے کا علاج پڑھا تھا۔دل کی دنیا بدلنے کیلئے آزمودہ لاجواب اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ السَّلَامُ سوا لاکھ کا ختم کریں۔غصے کا بہترین علاج ہے۔الحمدللہ بہت فائدہ محسوس ہوا ہے۔

محبت زوجینؒ: عبقری میں محبت زوجین کیلئے سورۃ الدھر 11 دن تک 11 مرتبہ روزانہ پڑھی ہے۔محبت زوجین کیلئے اس سورۃ کو گیارہ دن تک پڑھیں۔انشاءاللہ ساری عمر خوش و خرم رہیں گے۔غصے کو ختم کر دینے والی سورت ہے۔الحمدللہ میں اس سورت کو پڑھنے سے پہلے سے زیادہ خوش ہوں۔

(خدا کی رضا کا طالب ایک بندہ)

سات مرتبہ الم ترا بغیر بسم اللہ کے سر کو پکڑ کر سورۃ الفیل پڑھی جائے تو آرام آجائے گا۔اگر آرام نہ آئے تو دوسری' تیسری مرتبہ بھی دوبارہ دہرایا جائے۔

پیشاب کی جلن: ایک چائے کا چمچ سفید زیرہ چائے یا ٹھنڈا پانی ملا کر پلا دی جائے تو تکلیف دور ہو جائے گی۔

دانت درد کیلئے: کسی بھی قسم کا پرفیوم لگایا جائے۔ادرک' اسپرین (سر درد کی گولی)' کچا پیاز تھوڑا سا' لہسن کو منہ میں رکھ کے کچل لیں۔تھوڑی دیر رکھنے کے بعد تھوک دیں۔ دانت کا درد ٹھیک ہو جائیگا۔

یورک ایسڈ سے نجات

کانٹا چبھ جائے: اگر کانٹا چبھ جائے یا اندر ٹوٹ جائے تو آک کا دودھ وہاں لگایا جائے کانٹا خود با خود باہر آجائے گا۔

اولاد نرینہ کیلئے: مرد چالیس دن تک کوئی بھی کھٹائی نہ کھائے پھر بیوی کے پاس جائے۔ماہ رمضان کی آخری طاق راتوں میں مرد بیوی کے پاس جائے انشاءاللہ لڑکا پیدا ہوگا۔

خالص شہد کی پہچان: عام مکھی کو پکڑ کر شہد میں دو انچ دبا دیں۔شہد اصلی ہوگا تو مکھی زندہ باہر آجائے گی اور اڑ جائے گی اگر دو نمبر یا شیرا ہوا تو مکھی مر جائے گی۔شہد ہتھیلی پر رکھ کر نمک کی ڈلی ملایئے اور پھر چکھئے اگر نمک کا ذائقہ محسوس ہو تو یہ جعلی ہے۔

(ڈاکٹر صادق' سکھر)

نکسیر کیلئے

مولی باریک کاٹ کر اس پر ایک عدد لیموں چھڑک دیں اور کچھ نہیں ڈالنا اس کو صبح نہار منہ کھالیں ایک گھنٹے بعد ناشتہ کریں۔مولی درمیانی ہو۔انشاءاللہ یورک ایسڈ نارمل ہو جائے گا۔یہ عمل 7 دن کرنا ہے۔

نیند کا نہ آنا: رات سونے سے پہلے ایک چٹکی اصلی پسا ہوا دھنیا زبان کے نیچے رکھ لیں انشاءاللہ نیند آجائے گی۔

پتھری کیلئے: کچری کے بیج ایک تولہ پیس لیں آدھا کلو پانی میں پکا لیں جب آدھا پانی رہ جائے تو دن میں 3 مرتبہ پی لیں انشاءاللہ پتھری نکل جائے گی۔

(ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک سٹی)

ھوالشافی: پھٹکڑی باریک کر کے پانی میں حل کر دیں روئی کا پھایہ تر کر کے ایک دو قطرے ناک میں ٹپکائیں نکسیر فوراً رک جائے گی۔

ہچکی کیلئے

اگر ہچکی شدید ہو تو اس کی تکلیف کا اندازہ صرف اس شخص کو ہو سکتا ہے جس کو یہ تکلیف ہو' عام آدمی کیلئے وہ صرف ہچکی ہی ہوتی ہے جبکہ اس مرض والے کیلئے ایک ایسی آگ جس کی تپش سے مکمل معدہ اور گلا جل رہے ہوتے ہیں۔ایسے میں دو کار آمد علاج مجرب لکھ رہا ہوں۔انشاءاللہ اس سے بہتری آجاتی ہے۔

سانپ کے کاٹے کا شافی علاج

ھوالشافی: ایک عدد فلفل سیاہ یعنی مرچ سیاہ میں سوئی چبھو کر اسے دیا سلائی سے آگ لگائیں پھر پھونک مار کر آگ بجھا دیں اس طرح کرنے سے جو دھواں پیدا ہوا اسے ناک کے ذریعے اندر کھینچیں بس دھواں اندر جاتے ہی ہچکی بند ہو جائے گی۔انشاءاللہ۔یہ نسخہ ہمارے علاقے میں ایک بزرگ کے پاس تھا وہ پھونک مار کر جب آگ بجھاتے تو مریض کو ایسا محسوس ہوتا جیسے کچھ دم کر رہے ہوں اور اس دم کی وجہ سے وہ کافی مشہور بھی ہیں آپ بھی برکت کیلئے سورۃ الفاتحہ یا درود شریف پڑھ لیں۔کئی مریضوں پر آزمایا ہے۔مجرب نسخہ ہے۔

(محسن الفارابی' جھنگ صدر)

ایک پوتھیا لہسن کو ایک چھٹانک دودھ میں پیس کر مریض کو پلا دیں۔ فوراً اچھا ہو جائے گا۔ تین مارگزیدہ آدمیوں پر تجربہ شدہ ہے۔

تریاق بچھو: کاربالک ایسڈ مقام نیش پر پھریری وغیرہ سے لگائیں۔آپ حیران ہوں گے کہ درد تمام جسم سے کھنچا ہوا چلا آئے گا جیسا کے کسی منتر سے آتا ہے اور مقام ڈنگ پر

درد آ کر کھڑا ہو جائے گا اور پھر فوراً آرام آ جائے گا۔ ہزار ہا مرتبہ کا تجربہ شدہ ہے۔آناً فاناً آرام دیکھا گیا ہے۔

تریاق اٹھرا: باوضو ہو کر سرو کے پتے آدھ پاؤ لا کر 20 عدد مرچ سیاہ باریک پیس کر ملالیں اور پانی سے کھرل کرکے چار چار رتی کی گولیاں بنائیں۔حمل کے تیسرے مہینے سے 40 دنوں تک صبح و شام عورت کو ایک ایک گولی تازہ پانی سے کھلاتے رہیں۔وضع حمل کے بعد پھر سے چالیس یوم عورت کو یہ گولیاں کھلائیں۔

یہ نسخہ صوبہ خیبر پختونخواہ کے طالب علم سے حاصل ہوا ہے۔نہایت سہل الحصول اور کم قیمت نسخہ ہے اب تک

الشفاء کرشمہ فلفل

ڈیڑھ سو سے زائد مریضوں پر تجربہ کیا کسی بھی مریضہ کے علاج میں ناکامی نہ ہوئی غریبوں کو مفت دی جاتی ہے۔ سو فیصد مجرب نسخہ ہے۔

لحن داؤدی

جوہر لوبان خانہ ساز' کبابہ' زعفران' قرنفل' دارچینی' ملٹھی' خولنجان' فلفل دراز' ہر ایک تین ماشہ مغز چلغوزہ 20 عدد مصری کوزہ 6 ماشہ' جملہ ادویہ باریک پیس کر پان کے رس سے حبوب بقدر دانہ نخود تیار کریں ایک سے دو گولی منہ میں رکھ کر چوسا کریں۔گولی چنے کے برابر بنائیں۔

یہ گولیاں زیادہ بولنے والوں مثلاً بیرسٹروں' قاریوں اور واعظوں' لیکچراروں کیلئے لازوال تحفہ ہے۔ گلے کی رکاوٹ' نزلہ' بحث الصوت دور ہو کر آواز کوئل کی طرح تیز اور سریلی ہو جاتی ہے تجربہ کرکے دیکھیں۔

(حکیم عبدالحق انصاری' کورنگی کراچی)

مغز تخم نیم۔فلفل سفید ہم وزن کھرل کرلیں حب بقدر نخود تیار کرلیں۔ بواسیر خونی کیلئے حیرت انگیز طور پر مفید اور نافع ہے نہایت زود اثر بےخطر دوا ہے۔ان گولیوں کے استعمال سے قبض کی شکایت بھی رفع ہو جاتی ہے بارہا مرتبہ ہزاروں مریض شفاء پا چکے ہیں اور ان گولیوں کے بےنظیر منفعت کے شاہد ہیں۔

الشفاء بخار اکسیر

اس مجرب اکسیر کو ایک بچے کیلئے جس کو بہت عرصہ سے بخار آتا رہا تھا اس کو یہ نسخہ تجویز کیا گیا جو بہت ہی مفید ثابت ہوا تھا۔ بےشک بخار کیلئے تیر بہدف دوا ہے ایک موٹر مکینک جو لکھنؤ شہر (انڈیا) کا رہائشی تھا اس کے والد حکیم فلک شیر خان کا تجربہ شدہ مجرب نسخہ ہے۔تعریف کے قابل ہے۔

ست گلو خالص' کشتہ مرجان' دانہ الائچی خورد' طباشیر' زہر مہرہ' نارجیل دریائی' جدوار خطائی' فلفل سیاہ' کونپل نیم' صندل سفید مساوی الوزن لیکر سفوف بنالیں۔خوراک چار رتی سے پانچ رتی تک ہمراہ پانی دیں۔

مانع حمل

میتھرے' چھوہارے' منقیٰ' گری (ناریل) 'مغز تخم ارنڈ' ہر دوا ایک ایک تولہ وزن میں لیں گے۔کوٹ پیس کر تیار کرلیں۔

خوراک: 6 ماشہ دوا صبح و شام دیں۔حیض جاری ہو جاتا ہے۔ تین یوم اگر کھلایا جائے تو حمل گر جاتا ہے حاملہ عورت اس کو ہرگز نہ استعمال کرے۔

نوٹ: پیچال کبوتر کو بھگو کر اس کا پانی عورت کو پلانے سے وہ عورت کبھی حاملہ نہیں ہوتی ہے اس لیے پیچال کبوتر کو کوئی عورت کبھی بھی استعمال نہ کرے۔

الشفاء اکسیر مفاصل

ریوند خطائی دو تولہ' گندھک آملہ سار آٹھ تولہ' خردل (رائی) آٹھ تولہ' سوڈا بائی کارب آٹھ تولہ' اسگندھ ناگوری آٹھ تولہ' پلو کوائیکلم ریزن چار تولہ' لیتھیا سائٹراس چار تولہ سفوف بنالیں۔ ڈیڑھ ماشہ صبح و شام پانی سے دیں گے وجع المفاصل کو دور کرنے میں بےحد مفید چیز ہے۔ پرانی سے پرانی تکلیف رفع ہو جاتی ہے۔ علاوہ ازیں درد کمر عرق النساء میں بھی اکسیر صفت مانی جاتی ہے۔

الشفاء اکسیر عشیرین

سم الفار سفید ایک حصہ' بیش دس حصہ' دودھ مدار (آک) ایک سو حصہ' کھانڈ ایک ہزار حصہ سب کو ملا کر کھرل کرکے رکھیں۔ دوا تیار ہے۔خوراک 1/4 گرین صبح و شام پانی سے دیں تمام بخاروں' تمام قسم کی زہریلی بیماریوں اور ہر قسم کے دست و معدے کی خرابیاں سب دور ہو جاتی ہیں۔

الشفاء نایاب اکسیر نمک

سوڈا سلفیٹ چار اونس' سوڈا کلورائیڈ ڈیڑھ اونس' میگنیشیا سلفیٹ دو اونس' پوٹاشیم آیوڈائیڈ 45 گرین' پوٹاشیم سلفیٹ پانچ ڈرام' پوٹاشیم کلورائیڈ دس ڈرام' ایسڈ سائٹر یٹ دو ڈرام' تمام اجزا کو ملا کر اچھی طرح سے کھرل کرکے شیشی میں محفوظ رکھیں۔ (کل سات دوا ہیں۔)

استعمال و ترکیب: صبح سویرے ایک پیالی چائے لیں اس قدر دوا شامل کریں جو ایک اٹھنی پر آ سکتی ہو۔اس طرح استعمال کرنے سے نمک کا مزہ خراب معلوم نہیں ہوتا۔

فوائد: جن لوگوں کو نقرس وجع المفاصل کمر درد' ایگزیما' قبض مزمن جگر و گردے کے امراض لاحق ہوں انہیں چاہیے کہ آدھا چمچہ چائے برابر دوا کو ایک گلاس گرم پانی میں ملا کر صبح سویرے ناشتہ سے قبل استعمال کریں۔

یورک ایسڈ کی خون میں زیادتی کو دور کرنے کی ایک خاص دوا ہے۔ایک مدت تک استعمال کریں تاکہ اس کا پورا پورا فائدہ ظاہر ہو سکے اور یورک ایسڈ بدن کے اعضاء و جھلیاں سے خارج ہو جائے۔

الشفاء انمول امساک

ایک شخص کا اسی نسخے پر ہی گزارہ تھا حکیم صاحب کی حکمت کا ڈنکا بجتا تھا دور دور تک شہرت تھی انڈیا کے پرانے طبیب تھے۔ان کا تجارتی نسخہ تھا۔مغز تخم سرس کا تیل کولہو سے نکلوا لیں۔ ہاتھ اور پاؤں کے تلوؤں پر ملیں اس سے خوب امساک ہوتا ہے استعمال کریں فائدہ ہی فائدہ ہے۔آپ کا دل اچھل اچھل کر اس بات کی خود ہی گواہی دے رہا ہوگا یاد کرتے پھرتے رہو گے۔ذرا استعمال تو کرکے دیکھیں پھر تو اسی تیل سرس کو آنکھوں کا تارا بنائے رکھیں گے۔

الشفاء اکسیر سرعت انزال

تخم سنبھالو' بیج بند' سریالی' سمندر سوکھ' تخم اٹنگن' مغز تخم سرس' پوٹاشیم برومائیڈ' بزرالبنج (اجوائن خراسانی)' تخم بھنگ' دھتورہ برابر برابر دوا ہونی چاہیے اسے بہت باریک مثل غبار پیس کر معجون فنجوش پانچ ماشہ میں اس دوا کو ایک رتی سے دو رتی تک دوا ملا کر کھلائیں گے انشاء اللہ آپ کو ساری عمر میں بھی کبھی سرعت انزال کی شکایت نہ ہونے پائے گی۔

الشفاء جادو اکسیری

ایکسٹریکٹ ایکونائٹ ایک حصہ۔(کھانڈ یا شوگر آف ملک) یا گلوکوز۔یا پھر طباشیر ان میں سے کوئی بھی ایک چیز ایک سو حصہ لیکر خوب کھرل کرلیں سفوف تیار ہوگا بس یہی جادو اکسیری دوا ہے۔صبح و شام ایک رتی دوا پانی ہمراہ استعمال کرلیں۔

فوائد دوا: یہ دوا محض دل کی حرکت اور دوران خون کی تیزی کو کم کرنے کیلئے نہایت اعلیٰ دوا ہے جس کے بہت جلد اثرات ظاہر ہوتے ہیں' ان تمام امراض میں مفید ہے جن میں حرکت قلب کی افراط ہو' دوران خون تیز ہو ان مریضوں کو اور تیز بخاروں میں اور بڑے بڑے ورموں میں کھلانے سے نمایاں فائدہ ہوتا ہے اگر مریض طاقتور جوان ہو' نبض قوی اور خون سے بھری ہوئی ہو' ورم کسی اعلیٰ عضو میں ہو جیسے دماغ پھیپھڑے' دل جگر وغیرہ میں ایسی حالت میں صبح شام پانی سے کھلائے فائدہ ہوگا۔

الشفاء نوعروسی انمول

سم الفار سفید ایک تولہ، ہڑتال ایک تولہ، شنگرف ایک تولہ، عنبر اشہب 6 ماشہ، باریک کردہ دوا کو پانچ انگشت کی بڑی موٹی لوہے کی نلی اس طرح سے تیار کرلیں کہ ایک خول دوسرے خول پر آجائے اس میں دوا ڈال کر تین سیر اوپلوں کی آگ دیں گے لوہے کی اس نلی میں چھید ہوجائے گا۔ اگر چھید نہ ہو اور دوا بچ جائے تو بس یہی اکسیر ہے۔ سرخ رنگت نکلے گی دوا نصف چاول حلوہ میں رکھ کر دیں۔ نامردی کی بہترین دوا ہے۔ اگر اس دوا میں درج ذیل ادویہ اور بھی ملالیں تو بے شمار دیگر فائدے بھی حاصل ہوں گے۔ مومیائی ایک تولہ، جدوار خطائی دو تولہ میں یہی اکسیر سرخ دوا ایک رتی ملالیں اوران کو ملا کر خوب کھرل کرلیں اور قرص بقدر پانچ گرین بنالے۔

خوراک: ایک قرص غذا کے دو گھنٹے بعد دودھ نیم گرم آدھا سیر سے استعمال کرلیں۔ صرف ایک ہی وقت استعمال کرنا ہے۔

گمشدہ چیزوں کیلئے

فوائد اکسیر صفت

آپ نے تندرست وتوانا قوی ہونا ہو، وجاہت اور بارعب ہونے کی خواہش ہو ہر وقت نوجوان رہنا چاہتے ہوں تو اس دوا کو استعمال کریں۔ دوا کا یہ ادنیٰ وصف ہے کہ انسان کو نوجوان بناڈالتی ہے سرخ وقوی اور مضبوط بنا کر مردانہ قوت کو خوب بڑھا دیتی ہے اگر نوجوان کی سی حالتیں پیدا کرنا چاہتے ہوں تو استعمال کرلیں مقوی اعضائے رئیسہ ہے دل و دماغ جگر کو بھی خاص طاقت دیتی ہے۔ اعضائے تناسل اور مادہ تولید پر بھی اس کا خاص اثر ہوتا ہے۔ رجولیت اور مردی کی قوت کو برانگیختہ کرنا اس کا خاص فعل ہے بدن میں سیروں خون زیادہ کردیتی ہے آج اپنا وزن کرلیں اور ایک ماہ دوا استعمال کرنے کے بعد پھر دیکھو آپ کا کتنا وزن ہے اور خون کتنا زیادہ ہوگیا ہے یہ عجیب وغریب چیز ہے استعمال کرکے تعریف کرتے پھروگے۔

(محمد عبدالرحیم)

مؤلف مولانا عاشق الٰہی کی مسنون کتاب دعائیہ میں ایک دعا گمشدہ اشیاء کی بندہ نے پڑھی پھر اس پر عمل کیا **واقعہ نمبر 1:** بندہ نے اولی کے سال میں ایک لغت مصباح اللغات نامی لی تھی اور ثانیہ کے سال میں دوسری لغت فرہنگ فارسی نامی لی تھی پھر یہ دونوں لغات ثالثہ کے سال میں گم ہوگئیں بندہ نے بہت ہی زیادہ ڈھونڈھی نہ ملیں مگر بندہ نے وہ دعا بھی اور اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ بھی بار بار پڑھی۔ پھر اس سال جب کچھ کتابیں لینے کا ارادہ کیا تو لغت لینے کا بھی ارادہ کیا مگر جو گم ہوئیں ان کے علاوہ دوسری لغت قاموس الوحید، المنجد لینے کا ارادہ کیا اور کہا کہ انشاء اللہ تعالیٰ جو لغات گم ہوئیں ضرور ملیں گی پھر وہ دونوں لغات سال کے شروع میں بندہ کے کلاس میں پڑی ہوئی ملیں۔ اسی طرح ایک شرح گم ہوئی یہی دو دعائیں پڑھیں پھر کچھ دنوں میں وہ بھی مل گئیں۔ اسی طرح ایک مرتبہ جیب میں کچھ پیسے تھے جب ایک چیز لے رہا تھا تو نجانے پیسے کہاں گئے؟ پھر بندہ نے انا للہ مکمل پڑھی پھر جب کچھ دنوں بعد جیب میں ایک روپیہ بھی نہ تھا وہ پیسے پڑے ہوئے تھے۔ اسی طرح ابھی کچھ دن پہلے بندہ کی چپل گم ہوگئی تھی بندہ نے بہت تلاش کی نہ ملی بندہ نے دونوں دعائیں بار بار پڑھی اور یقین کیا کہ انشاء اللہ تعالیٰ ضرور ملیں گی تو دو روز بعد ایک کلاس فیلو ساتھی نے کہا کہ آپ کی چپل وہاں پڑی تھی میں نے اٹھا کے فلاں جگہ رکھی ہے اسی طرح جب بھی یہ دعا میں نے مانگی ہے کبھی جلدی کبھی دیر سے مگر ضرور پوری ہوئی ہے اور چیز واپس ملی ہے۔ اللہ کے ہاں دیر تو ہے مگر اندھیر نہیں ہے۔

دعا یہ ہے: اَللّٰھُمَّ رَادَّ الضَّالَّۃِ وَھَادِیَ الضَّلَالَۃِ اَنْتَ تَھْدِیْ مِنَ الضَّلَالَۃِ اُرْدُدْ عَلَیَّ ضَالَّتِیْ بِقُدْرَتِکَ وَسُلْطَانِکَ فَاِنَّھَا مِنْ عَطَائِکَ وَفَضْلِکَ فائدہ فَاِنَّھَا کی ھا کہتے وقت اس چیز کا ذہن میں تصور لے آئیں جو گم ہوئی ہے۔

دوسری دعا قرآن کی آیت ہے۔ اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ

دوسرا تجربہ: سفر کی دعا وَمَا قَدَرُوا اللّٰہَ حَقَّ قَدْرِہٖ وَالْاَرْضُ جَمِیْعًا قَبْضَتُہٗ یَوْمَ الْقِیٰمَۃِ وَالسَّمٰوٰتُ مَطْوِیّٰتٌ بِیَمِیْنِہٖ سُبْحٰنَہٗ وَتَعٰلٰی عَمَّا یُشْرِکُوْنَ (الزمر، آیت 67) ہے۔ ایک مرتبہ میں اور میرا چھوٹا بھائی ایک مرتبہ بڑی بہن کے ہاں جانے کیلئے موٹرسائیکل پر جارہے تھے تو سڑک زیر تعمیر تھی، راستہ میں راستے پر پتھر پڑے ہوئے تھے جو کہ نوکدار بھی تھے جب بھائی نے گاڑی اس روڈ پر اتاری تو مجھے کہا کہ اللہ خیر کرے کہیں گاڑی پنکچر نہ ہوجائے تو اچانک اللہ تعالیٰ نے مجھے یہ سفر کی دعا یاد دلائی تو میں نے خود بھی پڑھی اور بھائی کو بھی پڑھوائی جب یہ روڈ ختم ہوا تو آگے دو کلومیٹر گاؤں تھا اور روڈ پکا تھا جب اس روڈ پر چڑھے تو بھائی غالباً گاڑی کی ٹینکی کی طرف دیکھ رہا تھا تو اچانک (روڈ کی سائیڈوں کی چھوڑی ہوئی جگہ پر برسات کی وجہ سے جگہ جگہ گڑھے ہوگئے تھے) اس کے قریب پہنچ گئے تو فوراً میں نے دیکھ لیا اور بھائی کو پکارا فوراً بھائی نے گاڑی کو دائیں جانب جھٹکا دیا۔ الحمدللہ گاڑی چلتی رہی نہ گاڑی کو کچھ ہوا نہ ہم کو کچھ نقصان ہوا پھر میں نے بھائی کو کہا یہ اس دعا کی برکت ہے جو ہم نے اس روڈ پر چڑھتے ہوئے پڑھی۔

ایک مرتبہ میں دادا کے گاؤں گیا اور اپنے گھر کا کچھ سامان وہاں تھا جو لانا بھی تھا۔ مختلف رشتہ داروں کے پاس اور دوستوں کے پاس آنے جانے اور ملنے میں شام ہوگئی اور وہاں مغرب کے بعد گاڑی بمشکل ملتی ہے پھر میں نے پھوپھی کو کہا کہ اپنے بیٹے کو کہہ دو کہ وہ مجھے چھوڑ کر آئے تو وہ مجھے گاڑی میں لے کر مین روڈ سٹاپ پر لے آئے میں نے اس کو کہا کہ میں مغرب پڑھتا ہوں اس نے گاڑی کھڑی کی میں نے نماز پڑھی میں نے سامان اٹھایا گاڑی پر بیٹھا اور سفر کی دعا پڑھی اور جب اس نے گاڑی چلائی اور روڈ

سورۂ قریش کا خاص عمل

کراس کرنے لگا تو اچانک سامنے سے ایک ڈائسن اور موٹرسائیکل آرہی تھی اور سامان بیچ میں تھا میں بھی گر رہا تھا انہوں نے بیچ روڈ میں بریک لگائی ڈائسن تو سائیڈ سے نکل گئی مگر موٹرسائیکل والے نے بریک لگائی پھر بھی سلپ ہوکر ہماری گاڑی سے لگی مگر الحمدللہ نہ ہمیں کچھ ہوا نہ گاڑی کو کچھ ہوا پھر میں نے کزن کو کہا یہ مندرجہ بالا دعا کی برکت ہے ہم بخیر وعافیت ہیں۔

نسخہ قوت باہ

یہ نسخہ بے ضرر ممسک اور بے حد مقوی باہ ہے جب میں نے یہ نسخہ پہلی بار آزمایا۔ پہلے سے نمایاں فرق محسوس کیا۔ اس نسخہ کے فوائد لاجواب اور کمالات بے شمار ہیں۔ یہ نسخہ جسے بھی دیا گیا اس نے اس کے فوائد واضح طور پر محسوس کیے اور اس کی بے حد تعریف کی۔ وہ نسخہ درج ذیل ہے:۔

نسخہ: تخم سروالی دو تولہ، ملٹھی (چھلکا اتاری ہوئی) ایک تولہ پھر ان دونوں کو پیس کر سفوف بنائیں پھر دونوں کو ملائیں یہ کل چار خوراکیں ہیں پھر ان کی برابر چار خوراکیں بنائیں۔ ایک خوراک رات کے کھانے کے دو تین گھنٹے بعد جماع سے ایک گھنٹہ پہلے پانی سے پھانک لیں۔

(ڈاکٹر محمد شعیب ملک، ایبٹ آباد)

محترم حکیم صاحب آپ نے حکم فرمایا تھا کہ اپنے خاص

تجربات "عبقری" کے حوالہ سے تحریر کروں۔

مجھے پاسپورٹ بنوانا تھا پاسپورٹ آفس گیا اتنی بڑی لائن کہ بازار کی سڑک تک لمبی لائن اور لوگوں نے کہا کہ ہمارے دوستوں نے پاسپورٹ بنوائے چار پانچ بجے نمبر آتا ہے ہم 8 بجے آئے تھے کیونکہ ہمارا علاقہ میں صرف پاسپورٹ کیلئے ایک ہی آفس تھا۔ میں لائن دیکھ کر واپس آگیا کیونکہ کچھ مریضوں کے فون بھی آرہے تھے۔

دوسرے دن میں نے دو رکعت نماز صلوٰۃ الحاجات پڑھی اور 21 مرتبہ سورۂ قریش پڑھی اور راستہ میں بھی سورۂ قریش پڑھتا گیا پاسپورٹ آفس گیا اسی طرح لائن اور لائن بھی ایسی کہ لوگ کہتے تھے جب سے آئے ہیں وہیں کھڑے ہیں میں نے کہا اچھا میں اوپر جا کر دیکھتا ہوں لوگوں نے کہا جائیے' میں اوپر گیا تو دروازہ میں چپڑاسی نے کہا کہاں جارہے ہیں میں نے کہا ڈائریکٹر صاحب سے ملنا ہے چپڑاسی نے کہا صاحب آپ آگے بیٹھ جائیں (شناختی کارڈ بنانے کیلئے ڈائریکٹر کو تو ملنا ہی ہوتا ہے)

جہاں پانچ آدمی تھے اور ادھر دوسری طرف دیکھا تو پورا ہال سفارشیوں سے بھرا ہوا تھا' میں بیٹھا تھا کہ ایک مریض کا فون آگیا کلرک سامنے تھوڑا آگے ہی بیٹھا تھا اس نے کہا صاحب آپ ڈاکٹر ہیں میں نے کہا ہاں۔ مریضوں کا فون ہے اس نے کہا یہ چار پانچ عورتیں ہیں انہیں فارغ کر کے آپ کا کام کرتا ہوں 10 منٹ بعد کلرک نے مجھے بلایا میرے کام کا پراسس شروع ہوا اور تھوڑی دیر میں فارغ ہو گیا۔

اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کیا۔ نہ کوئی سفارش اور اتنی جلدی کام ہو گیا یہ ہے اللہ تعالیٰ کے کلام کی برکت۔

اسی وظیفہ کو ایک اور جگہ پر آزمایا۔ ایک جگہ کلینک کیلئے دکان لی پروگرام تھا کہ سیکنڈ ٹائم بیٹھوں گا لیکن کچھ عرصہ بعد وہاں پر کام کی پراگرس بہت کم رہی اور لوگوں کا رخ اس پلازہ کی طرف نہیں تھا تو دکان چھوڑ دی مالک دکان پیسے واپس نہیں کر رہا تھا جو سکیورٹی کے طور پر دیئے تھے مالک دکان کہتا تھا کہ جب تک دوسرا آدمی نہیں آئے گا پیسے واپس نہیں ہونگے۔ میں نے اسی طرح دو رکعات نماز حاجات پڑھی اور 21 دفعہ سورۂ قریش پڑھی اور میرا مسئلہ حل ہو گیا۔

دوسرا عمل: دوسرا عمل دانت درد کیلئے آزمودہ ہے۔ عشاء کے وتر میں بالترتیب سورۃ النصر' سورۃ الھب اور سورۃ اخلاص پڑھیں۔ دانتوں کی بیماریوں کیلئے لاجواب ہے۔

(بنت مطیع اللہ خان)

خواب کے ذریعے ملا عمل

یہ عمل مجھے ایک خواب کے ذریعے حاصل ہوا تھا۔ واقعہ اس طرح ہے کہ ایک دن مجھے ایک سخت تکلیف محسوس ہو رہی تھی میں چونکہ بچپن سے دائمی قبض کی مریضہ ہوں تو اس دن بھی مجھے قبض ہی کی وجہ سے پیٹ میں تکلیف تھی اس دوران میں لیٹ گئی اور مجھے نیند آگئی میں نے خواب میں دیکھا کہ "میں بکھرے موتی" (کتاب کا نام) پڑھ رہی ہوں' اس میں مجاہدؒ کا قول لکھا ہوتا ہے کہ جس شخص پر جادو ہوا ہو وہ سات بار یَارَحْمٰنُ پڑھا کرے یہ وظیفہ سب کیلئے آسان ہے۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل گئی۔

میں نے فوراً یہ والا وظیفہ یعنی سات بار یَارَحْمٰنُ پڑھ لیا اور میری تکلیف اللہ نے ختم کر دی۔ یہ عمل میں نے کئی بار دوسری تکالیف میں بھی استعمال کیا اللہ کا شکر ہے ہر بار مجرب پایا۔

ہمارے گھرانے پر عرصہ 20 سالوں سے جادو کے سخت اثرات ہیں۔ میری عمر بھی 22 سال ہے اس جادو نے بچپن ہی سے مجھ پر بہت برے اثرات ڈالے ہیں میں بچپن ہی سے بہت ڈرپوک ہوں اور وقت کے ساتھ ساتھ میرا ڈر بڑھ رہا ہے اور ابھی یہ کچھ تین چار سالوں سے میرا ڈر بہت بڑھ گیا تھا میں دوپہر کو بھی اکیلے کمرے میں نہیں سو سکتی تھی یہ اوپر والا وظیفہ میں نے ڈرنے کیلئے' نیند کے دوران ڈر جانے پر' جاگتے ہوئے ذہن پر خوفناک شبیہیں ظاہر ہونے پر اور ایسے محسوس ہونے پر جیسے پاس کوئی کھڑا ہے لیکن نظر نہیں آرہا وغیرہ وغیرہ ان تمام میں میں نے یَارَحْمٰنُ کو سات بار پڑھا اللہ تعالیٰ فوراً اپنا فضل کر دیتے ہیں اور مجھے آرام مل جاتا ہے۔ اب بھی میں اس عمل کو مسلسل کرتی ہوں۔

(ادریس خان' ڈیرہ اسماعیل خان)

قوت مردی کیلئے

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کی ترغیب پر چند نسخے حاضر ہیں۔

قوت مردی کیلئے ایک جامع النفع دوا (تریاق صفت گولیاں) ایسی ادویات جو بیک وقت جریان' احتلام' سرعت اور رقت منی سے لے کر ضعف باہ اور کامل نامردی تک کیلئے مفید ثابت ہوں' بہت ہی کم ہیں ان میں سے اگر کوئی دوا جریان اور احتلام کیلئے مفید ثابت ہو تو وہ ضعف باہ پیدا کر دیتی ہے اور خواہش جماع کو کم کر دیتی ہے اور اگر کوئی محرک باہ ہے تو وہ جریان احتلام میں اضافہ کا باعث بنتی ہے مگر بفضلہٖ تعالیٰ یہ دوا بیک وقت جنسی قوت کیلئے مفید ہے اگرچہ فائدہ کی رفتار ذرا دھیمی ہے مگر ہر قسم کے نقصان سے پاک' اگرچہ بنانے میں دیر طلب اور وقت طلب ہے۔ اس نسخہ کو آپ ایک لمبی مدت استعمال کریں فوائد دیکھ کر خوش ہونگے۔

ھوالشافی: درخت پیپل کا پختہ پھل ایک سیر' درخت برگد کا پھل ایک سیر' درخت پیپل کی ڈاڑھی ایک سیر' درخت برگد کی ڈاڑھی ایک سیر' اگر پیپل کی ڈاڑھی نہ مل سکے تو کونپل بجائے ایک سیر کے دو سیر۔ درخت پیپل کی سرخ سرخ کونپلیں ایک سیر' درخت برگد کی تازہ اور سرخ سرخ ایک سیر صاف پانی چشمہ یا نہر کا 8 سیر مٹی کے گھڑے میں تین چار روز بھگو رکھیں۔ چار روز کے بعد قلعی دار برتن میں ڈال کر یا نہ ملنے کی وجہ سے صاف کی ہوئی لوہے کی کڑاہی میں نرم نرم آگ پر اس حد تک پکائیں کہ آدھا پانی جل کر آدھا باقی رہ جائے۔ اس وقت اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے پر ہاتھوں سے خوب اچھی طرح مل کر کپڑے میں چھان لیں اور پھر اس پانی کو بہت ہی نرم آگ پر پکائیں جب پانی شربت کی طرح گاڑھا ہو جائے تو اس وقت اتار کر کسی سلور (ایلومینیم) وغیرہ کے برتن میں ڈالیں اور پھر اس کو ایک برتن میں پانی ڈال کر اس کے منہ پر رکھیں اور پانی بھرے برتن کے نیچے آگ جلائیں تاکہ یہ دوا پانی کی بھاپ پر پکے اور پکتے پکتے افیون کی طرح گاڑھی ہو جائے اس وقت اس کو اتار لیں اور ٹھنڈا کریں اگر ٹھنڈا ہونے کے بعد گولیاں بننے کے لائق ہو جائے تو بہتر ورنہ پھر دھوپ میں چند روز رکھ کر خشک کر لیں اور پھر رتی رتی برابر گولیاں بنا لیں بس دوائے مطلوب بفضلہٖ تعالیٰ تیار ہے۔

ترکیب استعمال: دو گولی سے تین گولی ہمراہ تازہ دودھ یا گرم کر کے سرد کیا ہوا دودھ پاؤ بھر صبح و شام۔

فوائد: جریان' احتلام' منی کا پتلا پن' جلد انزال ہو جانا' عضو میں پوری سختی نہ آنا' وقت پر دل دھڑکنا' نامردی سب کیلئے مفید ہے۔

(نوٹ: یہ نسخہ استاد الحکماء حکیم محمد عبداللہ صاحب کی کتاب کنز المجربات کا ہے۔)

(غلام قادر ہراج' جھنگ)

ملا کر نہ کھائیں

درج ذیل چیزیں ملا کر کھانے سے مختلف عوارض

لاحق ہو سکتے ہیں۔

گوشت کے بعد شہد☆ مچھلی کے بعد دودھ☆ مچھلی کے بعد شہد☆ دہی کے بعد مولی☆ پنیر کے بعد مولی☆ گوشت مرغ کے بعد مولی☆ گھی کے بعد مساوی الوزن شہد☆ چاولوں کے بعد سرکہ☆ پیاز/لہسن کے بعد بادام☆ ٹماٹر کے ساتھ دودھ☆ دکھتی آنکھ کے ساتھ کھجور☆ چاول کے ساتھ تربوز☆ انار کے بعد ہریسہ☆ سری پائے کے ساتھ انگور☆ دودھ کے ساتھ ستو☆ چاول کے ساتھ ستو☆ کھیرے کے ساتھ پانی☆ گرم روٹی کے ساتھ دہی☆ ٹھنڈے پانی کے بعد چائے☆ مولی کے ساتھ شہد☆ خربوزے کے ساتھ شہد☆ خربوزے کے ساتھ دہی☆ تربوز کے ساتھ دودھ کی لسی☆ گوشت کے ساتھ تل۔

کیا آپ جانتے ہیں (جدید تحقیقات کی روشنی میں)

☆مصنوعی کھاد پیداوار بڑھاتی ہے مگر کسانوں کو دماغی مریض بناتی ہے۔

☆پلاسٹک کے برتن استعمال کرنے سے سرطان کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

☆ایلومینیم کے برتنوں میں کھانا پکا کر کھانے والے پاگل ہو سکتے ہیں۔

☆کولا مشروبات کے استعمال سے کم عمر لڑکیوں کی ہڈیوں کے فریکچر کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔

☆دوران حمل شعاعوں کا استعمال جنس کو کند ذہن بنا دیتے ہیں۔

☆سپرے کرنے والے کسانوں کے ہاں زہریلے اثرات کے نتیجے میں بچوں کے مقابلے میں بچیوں کی پیدائش زیادہ ہوتی ہے۔

☆غیر معیاری گھی (جس میں نکل کی آمیزش ہوتی ہے)

☆گردوں کو ناکارہ بنا دیتا ہے اور بینائی پر اثر انداز ہوتا ہے۔

☆منہ اور حلق کے کینسر کی سب سے بڑی وجہ فاسٹ فوڈ کا استعمال ہے۔

☆چربی کی زیادتی جسم میں زہر آفرینی کا کام دیتی ہے۔

☆برف کا زیادہ استعمال معدہ کو کمزور اور ٹائیفائیڈ کا موجب ہوتا ہے۔

دانتوں کیلئے

☆غذائی ریشے کینسر سے بچاتے ہیں۔ ریشہ دار غذائیں (گندم' چاول' چنا' جوار' باجرہ' مکئی' قدرت کا انمول تحفہ ہیں جسے بگاڑ کر ہم خود اپنے لیے مختلف بیماریاں خریدتے ہیں۔)

☆پھلیاں درخت پر اگنے والا گوشت ہے ان کے استعمال پر پوری توجہ دی جائے اور معمولی سمجھ کر نظر انداز نہ کیا جائے۔

☆مسواک کا استعمال منہ اور حلق کے کینسر سے محفوظ رکھتا ہے۔ مسواک استعمال کرنے والا فالج سے بچا رہتا ہے۔

☆آرجی نین کی اضافی مقدار بانجھ مردوں کیلئے بیحد مفید ہے اس سے اسپرمز کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے تمباکو نوشی سے اسپرمز کمزور ہو جاتے ہیں۔

☆الکوحل پینے والی زچہ کے بچوں کا دماغ متاثر ہوتا ہے۔

☆چینی کے زیادہ استعمال سے ماہواری کی تکلیف میں اضافہ ہوتا ہے۔☆ ناقص تغذیہ کا گنٹھیا سے گہرا تعلق ہے۔

☆لیموں' سنگترہ' مالٹا' چکوترا اور بیروں میں تلے دی نوئیڈز ہوتے ہیں جو خلیات کی مدد کر کے کینسر پیدا کرنے والے مالیکیولوں کی ساخت توڑ دیتے ہیں۔

☆ٹماٹر میں کاڈیرک ایسڈ اور کلوروجنیک ایسڈ ہوتے ہیں جو کینسر پیدا کرنے والے عناصر کا خوب مقابلہ کرتے ہیں۔

☆لہسن اور پیاز میں الائیل سلفائیڈ ہوتے ہیں جو معدہ کے کینسر کو پیدا ہونے سے روکتے ہیں۔

"از مہلک غذائیں نبوی غذائیں اور جدید سائنس"

(رفعت' فیصل آباد)

بانس کے پتے حسب ضرورت لیکر سایہ میں خشک کر کے جلالیں اور راکھ کسی ڈبیہ میں محفوظ کر لیں دانتوں کیلئے بہترین منجن تیار ہے۔

2۔ بانس کے پتے ایک تولہ لے کر آدھا لیٹر پانی میں ابال لیں یہاں تک کہ پانی پک کر آدھا رہ جائے۔ نیم گرم پانی ہونے پر پانی کو چھان کر اس پانی سے کلیاں کریں۔ دانت کے درد میں افاقہ ہوگا دن میں دو مرتبہ ایسا کریں۔

حافظے کیلئے: ایک سبز الائچی اور ایک چٹکی پسی ہوئی دار چینی چبا کر ایک گلاس دودھ پلانے سے بچوں کا حافظہ تیز ہوتا ہے۔

برص کیلئے اکسیر نسخہ

یہ نسخہ آج سے چند برس پیشتر سیالکوٹ کے ایک حکیم صاحب نے نوائے وقت اخبار میں ایک خاتون کی درخواست پر ارسال کیا تھا جو اخبار میں شائع ہوا۔ حکیم صاحب کا کہنا ہے کہ وہ عرصہ بیس سال سے یہ نسخہ برص کے مریضوں پر آزما رہے ہیں اور فی سبیل اللہ دیتے ہیں۔ نسخہ یہ ہے:

تما 200 گرام' جڑ تما 55 گرام پیس لیں پھر شہد ڈال کر اچھی طرح ہاون دستہ میں کوٹ لیں جب ادویات یکجان ہو جائیں تو چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ خشک ہونے پر محفوظ رکھیں۔ ایک گولی صبح ایک شام' کھانے کے بعد پانی سے نگل کر چائے پی لیں۔ اگر پہلے ہفتے میں پیچش کی شکایت ہو جائے تو روزانہ ایک گولی استعمال کریں دو ماہ میں اس مرض سے نجات مل جاتی ہے۔

کلونجی کے فوائد

آج کی مشینی زندگی اور جدید لوازمات نے انسان کو اعصابی طور پر مفلوج کر کے رکھ دیا ہے ہر دوسرا شخص اعصابی دباؤ اور تناؤ میں مبتلا ہے ایسے لوگ کلونجی کے چند دانے روزانہ شہد کے ساتھ استعمال کریں چند دنوں میں بہتری محسوس کریں گے۔ پیٹ اور معدہ کے امراض' پھیپھڑوں کی تکالیف خصوصاً دمہ کے مرض میں کلونجی بہت فائدہ مند ثابت ہوتی ہے۔ کلونجی کا سفوف نصف سے ایک گرام تک صبح نہار منہ اور رات کو سوتے وقت استعمال کرنا مفید ہے۔ بعض اوقات کلونجی اور قسط شیریں برابر مقدار میں لیکر سفوف بنا کر صبح وشام خالی پیٹ استعمال کروایا جائے (شہد کے ساتھ ملا کر) یہ نسخہ پرانی پیچش میں مفید ہے جن لوگوں کو ہچکیاں آتی ہوں وہ کلونجی کا سفوف تین گرام مکھن (گھر کا بنا ہوا) ایک چمچہ ملا کر استعمال کریں تو بہت فائدہ ہوتا ہے۔ جو خواتین بچوں کو اپنا دودھ پلا رہی ہوں انہیں چاہیے کہ کلونجی کا استعمال کریں کیونکہ دودھ کی کمی سے بچہ بھوکا رہ جاتا ہے اس کیلئے کلونجی کے چھ یا سات دانے نہار منہ اور رات سوتے وقت دودھ کے ساتھ کھا لیے جائیں تو دودھ کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ البتہ حاملہ خواتین کو کلونجی کا استعمال نہیں کرنا چاہیے جن خواتین کو ماہانہ ایام کی کمی ہو یا تکلیف ہو اور جن کو پیشاب کم یا تکلیف سے آتا ہو وہ تین گرام کلونجی کا سفوف روزانہ استعمال کریں۔ کلونجی سے نکلنے والا تیل دو قسم کا ہوتا ہے ایک سیاہ رنگ میں خوشبودار ہوا میں اٹھنے سے اڑنے لگتے ہیں اور دوسری قسم ارنڈی کے تیل جیسا دوائی اثرات بہت زیادہ ہوتے ہیں۔ یہ تیل بیرونی طور پر استعمال کیا جاتا ہے اور بہت سے جلدی امراض میں مفید ہے۔ یہ تیل بال خورہ کی شکایت میں بہت مفید ہے۔ بال خورہ میں بال اڑ جاتے ہیں اور دائرے کی صورت میں نشان رہ جاتا ہے۔ یہ دائرہ دن بدن بڑھتا ہے اور عجیب ناخوشگواری کا احساس ہوتا ہے۔

یہ تیل گنج کو دور کرنے اور بال اگانے میں بہت مفید ہے۔ اس کے استعمال سے بال جلد سفید نہیں ہوتے اور مختلف طریقوں سے اسے داد اور ایگزیما میں استعمال کیا جاتا ہے جسم کا کوئی حصہ بے جان ہو جائے تو بہت مفید ہے۔ کان کے ورم اور نسیان میں فائدہ مند ہے۔ کیمیا

دانوں نے کلونجی پر تحقیقات کے بعد بتایا ہے کہ اس میں ضروری روغن پائے جاتے ہیں اس کے علاوہ ونگیلن، الیوسن، ٹے نین، رال دار مادے، گلوکوز، سایونین اور نامیاتی تیزاب بھی پائے جاتے ہیں جو کئی امراض میں مؤثر ہیں۔کلونجی کے استعمال سے ذیابیطس کے مرض میں کمی ہوتی ہے۔کلونجی کے سات دانے گن کر صبح نگل لینا' ذیابیطس کو کم کرتا ہے۔

کلونجی کو مختلف طریقوں سے زہر کے علاج کیلئے بھی استعمال کیا جاتا ہے۔بھڑ اور پاگل کتے کے کاٹنے پر کلونجی کا استعمال

مسلمان کی عزت کی حفاظت اور انعامات ربانی

کریں۔کلونجی میں ورموں کو تحلیل کرنے اور گلٹیوں کو گھلانے کی بھی صفت ہے۔ برص ہٹیلا مرض ہے اس کے سفید داغ جسم کو بدصورت بنا دیتے ہیں۔کلونجی اور ہالون برابر مقدار میں لے کر توے پر بھون کر تھوڑا سا سرکہ ملا کر مرہم بنا کر مسلسل تین یا چار ماہ داغوں پر لگائیں تو ساتھ کلونجی اور ہالون کا باریک سفوف شہد کے ساتھ نہار منہ کھائیں تو جلد فائدہ ہوگا۔کلونجی کی دھونی سے گھر میں پائے جانے والے کیڑے مکوڑے ہلاک ہوجاتے ہیں۔کلونجی کو قیمتی کپڑوں میں رکھا جاتا ہے تاکہ کیڑوں سے محفوظ رہیں سب فوائد کے ساتھ ساتھ یہ امر بھی پیش نظر رہے کہ طویل عرصہ تک اور زیادہ مقدار میں اس کا استعمال نہ کیا جائے کیونکہ اس میں چند مادے ایسے ہیں جو صحت کیلئے مضر ہو سکتے ہیں البتہ وقفہ دے کر پھر استعمال میں لانا مفید ہے ویسے بھی اعتدال ہی مناسب راہ عمل ہے۔

بالوں کیلئے

آج کل بازار میں بالوں کو چمکدار بنانے اور سیٹ کرنے کیلئے بہت سے کنڈیشنر اور جیل دستیاب ہیں جو بالوں کے مختلف اسٹائل بنانے کیلئے استعمال ہوتے ہیں مگر چونکہ مہنگے ہوتے ہیں۔ ہر کوئی نہیں خرید سکتا اس کیلئے ایک گھریلو مفید ٹوٹکہ یہ ہے کہ کسی فنکشن میں جاتے ہوئے بالوں کو سیٹ کرنا ہو تو جیسا چاہیں سٹائل بنائیں مگر تھوڑا سا لیموں کا رس بالوں پر لگا کر بنائیں تو بال دیر تک سیٹ رہتے ہیں اور جلدی اڑے اڑے سے نہیں لگتے اور چمک آجاتی ہے۔

(مراسلہ: ماسٹر محمد ایوب شاہد تونسہ شریف)

ہم تمام مسلمان آپس میں بھائی بھائی ہیں' مسلم دنیا کے جس کونے میں بھی رہتا ہو چاہے رنگ کا کالا ہو' سفید ہو' زبان عربی ہو یا انگریزی' اردو ہو یا فارسی جس نسل سے بھی تعلق رکھتا ہو چھوٹا ہو یا بڑا ہو' بوڑھا ہو یا جوان ہو' مرد ہو یا عورت ہو اس مبارک کلمہ کی بدولت امت محمد مصطفیٰ ﷺ کا عظیم فرد ہے۔ اس کی عزت و آبرو' جان و مال کی حفاظت تمام امت مسلمہ پر واجب ہے۔

☆حضرت معاذ بن انس انصاری رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ جان دوعالم ﷺ نے فرمایا جس نے کسی بددین منافق کے شر سے کسی بندۂ مومن کی حمایت کی تو اللہ تعالیٰ قیامت میں ایک فرشتہ مقرر فرمائے گا جو اس کے گوشت یعنی جسم کو آتش دوزخ سے بچائے گا اور جس کسی نے کسی مسلمان بندے کو بدنام کرنے اور گرانے کیلئے اس پر کوئی الزام لگایا تو اللہ تعالیٰ اس کو جہنم کے پل پر قید کردے گا۔ اس وقت تک کیلئے کہ وہ اپنے الزام کی گندگی سے پاک صاف ہوجائے۔ **(سنن ابی داؤد)**

☆ایک دوسری حدیث میں ہے کہ حضرت اسماء بنت یزید رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس بندے نے اپنے کسی مسلمان بھائی کے خلاف کی جانے والی غیبت اور بدگوئی کی اس کی عدم موجودگی میں مدافعت اور جواب دہی کی تو اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے کہ آتش دوزخ سے اس کو آزادی بخش دے۔ **(شعب الایمان بیہقی)**

ان احادیث مبارکہ سے معلوم ہوتا ہے کہ مسلمان کی عزت و آبرو اللہ کے ہاں کتنی مقدم ہے اور اس میں کوتاہی کتنی خطرناک ہے۔ حدیث کے ظاہری الفاظ سے معلوم ہوتا ہے کہ یہ گناہ اللہ تعالیٰ کے ہاں ناقابل معافی ہے۔

ہم دیکھ لیں کہ آج کل ہمارا کیا حال ہے ہونا تو یہ چاہیے تھا کہ تمام مسلمان ایک دوسرے کے مددومعاون بنتے مگر ہم آپس میں دست وگریباں ہوگئے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں صحیح سمجھ بوجھ عطا فرمائے ان برے امراض اور نفس کے شرور سے محفوظ فرمائے۔

اسلام نے مسلمانوں کو عزت وآبرو کی حفاظت کو انتہائی ضروری قرار دیا ہے کسی کی عزت وآبرو سے کھیلنے والے کو جہنم کے دردناک عذاب کی وعید سنائی ہے ہمارے معاشرے میں دوسرے گناہوں کی طرح یہ گناہ بھی ایک وبائی شکل اختیار کرگیا ہے ہم میں کتنے ایسے ہیں جن کے ہاتھوں سے مسلمان بھائیوں کی عزت وآبرو خاک میں ملتی ہے۔

رحمت دوعالم ﷺ نے مسلمانوں کی آبروریزی کو بدترین سود قرار دیا ہے اور سود کے ایک درہم کو 36 مرتبہ اپنی ماں کے ساتھ منہ کالا کرنے سے تشبیہ دی ہے۔ دوسری جگہ ارشاد ہے کہ جو مسلمان کسی دوسرے مسلمان بندے کو کسی ایسے موقع پر بے یارومددگار چھوڑے گا جس میں اس کی عزت پر حملہ ہو اور اس کی آبرو اتاری جاتی ہو تو اللہ اس کو بھی ایسی جگہ اپنی مدد سے محروم رکھے گا جہاں وہ اللہ تعالیٰ کی مدد کا طلب گار ہوگا اور جو مسلمان (باتوفیق) کسی مسلمان بندے کی ایسے موقع پر مدد اور حمایت کریگا جہاں اس کی عزت وآبرو پر حملہ ہو تو اللہ تعالیٰ ایسے موقع پر اس کی مدد کریگا جہاں وہ اس کی نصرت کا خواہشمند ہوگا۔ **(سنن ابی داؤد)**

قیامت کے دن اندھیروں میں سے ہے

☆حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا ظلم کرنے سے بچو کیونکہ ظلم قیامت کے دن اندھیروں میں سے ہے۔

☆کسی مسلمان کا دکھ بانٹنا پل صراط پر نور ہے۔ حضرت ابن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے کہ جس مسلمان نے کسی مسلمان کا دکھ دور کیا اللہ تعالیٰ اس کیلئے روز قیامت پل صراط پر نور کے دو حصے کردیں گے ان کی روشنی سے ایک جہاں روشنی پائیگا جس کی تعداد کو سوائے رب العزت کے اور کوئی نہیں جانتا۔ **(طبرانی)**

☆جو شخص اپنے مسلمان بھائی کے ساتھ کسی ضرورت کو پورا کرنے کیلئے نکلا اللہ تعالیٰ اس کو (پل صراط) پر ثابت قدم رکھیں گے جس دن بہت سے قدم پھسل رہے ہونگے۔ **(طبرانی)**

بنیادی طور پر مسلمان آپس میں شیروشکر ہیں۔ نفس وشیطان کے دھوکہ میں آکر عارضی طور پر غفلت میں چلے جاتے ہیں بھول چوک وغفلت فطرت انسانی ہے جبھی تو اللہ تعالیٰ نے اس حضرت انسان کو یاد دہانی کیلئے بہت سے انبیاء علیہ السلام بھیجے آخر میں شاہکار کائنات فخر موجودات خاتم الانبیاء جان دوعالم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم تشریف لائے آپ کے ایک ایک نورانی ارشاد میں ہر دو عالم کی کامیابیاں اور کامرانیوں کا پورا پورا وعدہ ہے۔

☆آپ ﷺ کا فرمان عالی شان ہے جو شخص اپنے مسلمان بھائی کی ضرورت پوری کرنے کیلئے چلا اور اس کو پورا کردیا اللہ تعالیٰ اس کیلئے 75 ہزار فرشتے مقرر کردیں گے جو اس کیلئے رحمت کی درخواست اور دعا کریں گے اگر صبح کو یہ عمل کرے گا تو یہ فرشتے شام تک ایسا کریں گے اور اگر شام کو ایسا کرے گا تو صبح تک ایسا کریں گے اور یہ شخص جو قدم بھی اٹھائے گا اللہ تعالیٰ اس کے عوض ایک گناہ معاف کریں گے اور ایک درجہ بلند کریں گے۔ **(ابن حبان)**

جس شخص نے بھی کلمہ طیبہ پڑھا ہے وہ بہت عظیم ہے۔ اللہ

تعالیٰ کا چنا ہوا ہے چاہے وہ جس حالت میں بھی ہے قابل احترام ہے اس سے حقارت کرنا جائز نہیں کسی بھی وقت اسے توبہ کی توفیق مل سکتی ہے جبھی تو اللہ تعالیٰ اتنے بڑے انعامات سے نوازرہے ہیں۔

ستر نیکیاں

فرمان حبیب کبریاﷺ ہے جو شخص اپنے مسلمان بھائی کی حاجت برآری کیلئے جائیگا اللہ تعالیٰ اس کے ہر قدم کے بدلہ میں ستر نیکیاں لکھیں گے اور اس کے ستر گناہ مٹائیں گے یہاں تک کہ وہ وہاں لوٹ آئے جہاں سے اس سے جدا ہوا تھا پھر اگر اس کے ہاتھوں اس شخص کی حاجت پوری ہوگئی تو وہ اپنے گناہوں سے ایسے نکل گیا جیسا کہ آج ہی اس کو اسکی ماں نے جنا ہو اور اگر حاجت برآری کے دوران وفات پا گیا تو بغیر حساب کے جنت میں داخل ہوگا۔ **(ابن ابی الدنیا)**

☆مسلمان کی عزت و آبرو کی حفاظت کرنا' اس کی حاجت برآری کرنا اور اس کو خوشی پہنچانے سے اللہ جل شانہٗ بہت خوش ہوتے ہیں۔

☆ام المومنین عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا جناب آقائے دوعالمﷺ کا ارشاد نقل فرماتی ہیں جس نے مسلمانوں میں سے کسی گھر میں خوشی پہنچائی اللہ تعالیٰ اس کو جنت میں داخل کرنے کے علاوہ کسی اور ثواب پر راضی نہیں ہونگے۔ (طبرانی)

☆جب مسلمان اپنے مسلمان بھائی سے سلام کہتے ہوئے ملتا ہے اور اپنے ہاتھ سے مصافحہ کرتا ہے تو سلام کرنے سے ان دونوں کے گناہ اس طرح جھڑ جاتے ہیں جس طرح سے تیز آندھی سے اس خشک درخت سے پتے جھڑتے ہیں۔اگر چہ ان دونوں کے گناہ سمندر کی جھاگ کے برابر بھی ہوں۔ **(طبرانی)**

☆مسلمان بھائی کی غلطی کوتاہی سے صرف نظر کرنا یا معاف کرنا بڑے فضائل والا کام ہے۔

☆حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ ہم آقائے دوجہاں آنحضرتﷺ کی خدمت میں بیٹھے تھے کہ اچانک ہم نے آپﷺ کو دیکھا کہ آپﷺ مسکرائے ہیں حتیٰ کہ آپﷺ کے سامنے والے دانت نمودار ہوئے آپﷺ کی خدمت میں حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا یارسول اللہﷺ! آپﷺ پر میرے ماں باپ قربان آپﷺ کو کس بات نے ہنسایا ہے تو آپﷺ نے ارشاد فرمایا! میری امت کے دو آدمی رب العزت کی بارگاہ میں گھٹنوں کے بل پیش ہوتے ہوئے دکھائے گئے ہیں ان میں سے ایک نے کہا اے رب! میرے اس ظالم بھائی سے میرے ظلم کا حساب لے کر دیں اللہ تعالیٰ نے اس سے فرمایا تو اپنے ظالم بھائی سے کیا چاہتا ہے حالانکہ اس کے پاس نیکیوں میں سے کچھ نہیں بچا؟ تو اس نے عرض کیا یارب! میرے گناہ ہی اس پر لاد دیں یہ ذکر کرکے آنحضرتﷺ کی آنکھوں سے آنسو جاری ہوگئے پھر فرمایا یہ دن بہت بڑا ہوگا لوگ اس کے محتاج ہوں گے کہ ان کے گناہوں کے بوجھ اٹھا دیئے جائیں چنانچہ اللہ تعالیٰ اس مطالبہ کرنے والے کو فرمائیں گے اپنی نظر اٹھا اور دیکھ وہ نظر اٹھا کر دیکھے گا اور کہے گا اے رب! میں سونے کے شہر اور سونے کے محلات دیکھ رہا ہوں لو لو کے تاج سجائے ہوئے ہیں یہ کس نبیﷺ کیلئے ہیں یا کس صدیق کیلئے ہیں یا یہ کس شہید کیلئے ہیں اللہ تعالیٰ فرمائیں گے جو اس کی قیمت دے گا وہ اس کیلئے ہیں۔ وہ عرض کریگا یارب ان کا کون مالک بن سکتا ہے؟ اللہ تعالیٰ فرمائیں گے تو اس کا مالک بنے گا وہ عرض کریگا کس عمل کی وجہ سے؟ اللہ تعالیٰ فرمائیں گے اپنے اس بھائی کو معاف کردینے سے۔

میں نے اس کو معاف کیا

وہ عرض کریگا یارب! میں نے اس کو معاف کیا اللہ تعالیٰ فرمائیں گے کہ چلو اپنے بھائی کا ہاتھ پکڑو اور اس کو بھی جنت میں لے جاؤ۔ یہ حدیث بیان فرما کر آنحضرتﷺ نے ارشاد فرمایا اسی لیے اللہ سے تقویٰ اختیار کرو اور آپس میں صلح کے ساتھ رہو۔ بلاشبہ اللہ تعالیٰ مسلمانوں کے درمیان صلح چاہتے ہیں۔ **(حاکم وقال صحیح الاسناد)**

بھائیو! ایک مسلمان کے دوسرے مسلمان پر کچھ حقوق ہیں جن کا خیال رکھنا ہم سب پر ضروری ہے

☆مسلمان کی عزت وآبرو کا خیال رکھنا۔
☆مسلمان بیمار ہوجائے تو اس کی عیادت کرنا۔
☆مسلمان کی دعوت کو بالکل نہ ٹھکرانا۔
☆مسلمان کی پیٹھ پیچھے برائیاں نہ کرنا۔
☆مسلمان فوت ہوجائے تو جنازہ میں ضرور شرکت کرنا۔
☆اس کی خوشی وسرت کے موقع پر مبارکباد دینا۔
☆اس کی غلطی کوتاہی کو معاف کردینا۔
☆تمام مسلمانوں کیلئے خیرخواہی کی دعا کرنا۔
☆بھوک وپیاس کی حالت میں اسے سیراب کرنا۔
☆مسلمان کو سلام میں پہل کرنا اور چھینک کا جواب دینا۔

اللہ جل جلالہٗ ہم سب کو عمل کی توفیق عطا فرمائے۔آمین!

(ڈاکٹر شاہین رشید اسسٹنٹ پروفیسر "کینسر سپیشلسٹ" گنگارام ہسپتال لاہور)

ڈینگی کا گھریلو سستا علاج

ڈینگی بخار کی وباء آج کل پورے ملک میں عام ہے اور لوگ اس وائرس سے شدید خوفزدہ ہیں اس کے سستے اور قدرتی علاج کیلئے ماہر ڈاکٹر نے اپنی آزمودہ تحریر عبقری کے قارئین کیلئے ارسال کی ہے۔

گزشتہ کچھ سالوں سے پاکستان میں ڈینگی بخار کے بہت سے کیسز سامنے آرہے ہیں اور 2012ء کے لیے ایک اندازے کے مطابق پاکستان کی 1/4 آبادی اس کا شکار ہوگی اگر چہ یہ بیماری بظاہر جان لیوا نہیں ہے لیکن بیماری کا خوف' بروقت اور مناسب علاج نہ ہونا اور بیماری سے پیدا ہونے والے مسائل ہمیں اس بات کی طرف اشارہ دیتے ہیں کہ اس سے حفاظت اور بچاؤ کیلئے ناصرف حکومتی سطح پر بلکہ ہر پاکستانی شہری کو اپنے تئیں بھی بہت سے اقدامات کرنے ہونگے۔ بیماری کی علامات' علاج اور حفاظتی اقدامات کے متعلق بہت سی معلومات آپ نے پرنٹ اور الیکٹرانک میڈیا پر سنی ہونگی اس تحریر میں آپ کو اس کے علاج کے متعلق آگہی دینا ہے۔

قارئین! نظام قدرت کچھ یوں ہے کہ خاک میں بھی شفاء کے عناصر مضمر ہیں اسی لیے حکم جستجو کا ہے تاکہ ان پوشیدہ رازوں سے پردہ اٹھایا جاسکے۔قدرت کا ایک ایسا ہی راز شفاء پپیتے کے درخت کے پتوں میں پنہاں ہے۔ پپیتے کا درخت ایک عجیب احساس تفاخر لیے بنا کسی خم کے آسمان کی طرف بلند ہوتا ہے تو اس کے پتے بھی نشوونما کے مختلف مراحل سے گزرتے ہیں۔خوبصورت کٹاؤ والے یہ پتے اپنے اندر عجیب شفائی خصوصیات رکھتے ہیں ان میں سے ایک تحریر آپ کی نظر ہے۔

شکیل صاحب ایک مقامی کالج میں پڑھاتے ہیں گزشتہ برس انہیں بھی ڈینگی بخار نے آلیا' وہ انتہائی خوفزدہ اور پریشان تھے میں نے اپنے استاد محترم جناب پروفیسر ڈاکٹر عابد علی صاحب سے ذکر کیا تو انہوں نے انتہائی شفقت سے فرمایا کہ انہیں پپیتے کے پتے پلائیں۔ پروفیسر صاحب سے اگرچہ تفصیل سے گفتگو نہ ہوسکی لیکن میں نے اپنے خاوند کو بتادیا کہ انہیں پپیتے کے پتے کا قہوہ پلایا جائے اس سے ان کے Platelets زیادہ ہوجائیں گے۔ کچھ دن کے استعمال کے بعد ان کے Platelets زیادہ ہونے لگے تو انہوں نے بتایا کہ ایک سال پہلے ان کے خاندان میں بہت سے افراد ڈینگی بخار کا شکار ہوگئے تھے اور Platelets کی کمی کی وجہ سے زیادہ خون بہنے سے

دو لوگ تو اللہ کو پیارے ہو گئے تھے لیکن خدا کا شکر کہ قدرت کے اس تحفے نے انہیں ایک نئی زندگی عطا فرمائی (الحمدللہ)۔

اس کے چند دن کے بعد میرے خاوند بھی ڈینگی بخار میں مبتلا ہو گئے کیونکہ وہ خود بھی ڈاکٹر ہیں پہلے ہی دن (تیز بخار اور جسم کی شدید دردوں کی وجہ سے) خون کا نمونہ ٹیسٹ کروانے کیلئے بھیج دیا۔ رپورٹ میں Platelets اور خون کے سفید ذرات دونوں کم ہو چکے تھے۔ اسی دن پپیتے کے پتے منگوا کر ان کو قہوہ شروع کروایا۔ پیراسیٹامول اور معدے کی سوزش کی حفاظتی دوا کے ساتھ چھ دن کے اندر نہ صرف بخار اتر گیا بلکہ خون کے تمام ذرات بھی نارمل ہو گئے۔

اکتوبر کے مہینے میں میرے بیٹے کو تیز بخار ہو گیا۔ جسم کی شدید دردوں اور دوسری علامات نے ڈینگی بخار کا اشارہ دیا۔ پہلے ہی دن خون کے نمونے میں پلیٹ لٹس ایک لاکھ تک گر گئے۔ (ایک صحت مند انسان کے خون میں پلیٹ لٹس کی تعداد ڈیڑھ سے چار لاکھ تک ہوتی ہے۔) اور سفید ذرات بھی 2000/cmm تک ہو گئے جبکہ نارمل تعداد چار ہزار سے گیارہ ہزار تک ہوتی ہے۔ پلیٹ لٹس جسم سے چوٹ، زخم و آپریشن وغیرہ کی صورت میں خون کے زیادہ بہاؤ کو روکتے ہیں اور اگر ایک خاص حد تک کمی واقع ہو جائے تو معمولی زخم بھی جان لیوا ثابت ہو سکتا ہے۔ اسی طرح خون کے سفید ذرات جنہیں خون کی رپورٹ میں W.B.Cs یا TLC کے ساتھ لکھا جاتا ہے کی کمی بھی مختلف قسم کے انفیکشنز کو جنم دیتی ہے۔ میں شفائے مدینہ کی خصوصیات اور افادیت سے بخوبی واقف ہوں۔ اسی دن شفائے مدینہ کا قہوہ اور پپیتے کے پتے استعمال کروانے شروع کیے۔ اس مرتبہ تجربے کی روشنی میں پپیتے کے پتے کا قہوہ بنانے کی بجائے کچھ پتے اچھی طرح دھو کر تھوڑے سے پانی میں Blend کر کے اس کا خالص عرق نکالا اور بیٹے کو دیا۔ ہر چھ گھنٹے کے بعد دو بڑے چمچ دینے سے نتیجہ انتہائی حیرت انگیز اور خوشگوار رہا اور چوتھے ہی دن بیٹے کا نہ صرف بخار اتر گیا بلکہ پلیٹ لٹس بھی 175,000/cmm ہو گئے اور الحمدللہ پانچویں دن امتحان دینے کے بھی قابل ہو گیا۔ (اللہ شافی) قہوہ بھی پلا سکتے ہیں ہر 2 گھنٹے کے بعد ایک کپ۔

اب اپنا ذاتی تجربہ بیان کرتی ہوں۔ بیٹے کے بخار کے چند دن بعد مجھے بھی تیز بخار ہو گیا۔ دس گھنٹے کی شدید دردوں کے ساتھ ہونے والے 103° F نے پہلے ہی دن ڈینگی بخار کا پتہ دے دیا چوبیس گھنٹوں کے اندر خون کے سفید ذرات آدھے سے کم رہ گئے اور پلیٹ لٹس 102,000/Cmm تک کم ہو گئے ہر چھ گھنٹے کے بعد دو پیراسیٹامول کھانے سے بخار 104,103 سے 100 تک کم ہو جاتا تھا۔ (یہاں یہ بتانا ضروری ہے کہ بخار کم کرنے کی کوئی بھی دوا 102 سے زیادہ بخار کی صورت میں بے اثر ہوتی ہے۔ 102 سے زیادہ بخار کیلئے ضروری ہے کہ ٹھنڈے پانی کی پٹیاں کر کے بخار 102 یا اس سے کم پر لایا جائے اور پھر کوئی دوا استعمال کی جائے) کیونکہ میں الحمدللہ دوا کا استعمال بہت کم کرتی ہوں۔ پیراسیٹامول نے اگلے ہی دن معدے میں اتنی سوزش کر دی کہ پانی یا کوئی دوا اندر نہیں ٹھہرتی تھی اور قے ہو جاتی تھی۔ اس لیے پپیتے کے پتے کا عرق بہت کم لیا گیا۔ نتیجتاً میرے پلیٹ لٹس چوتھے دن صرف 12000/Cmm رہ گئے اور بخار کے پانچویں دن پلیٹ لٹس کی کمی کی وجہ سے ناک سے بلیڈنگ شروع ہو گئی۔ ہسپتال سے پتہ چلا کہ پلیٹ لٹس کیلئے بیگز وغیرہ کہیں دستیاب نہیں ہیں اور خون سے پلیٹ لٹس الگ کرنے کی مشین بھی خراب ہے۔

پرائیوٹ لیبز میں بھی کچھ ایسی ہی صورتحال تھی وہاں تو حالات یہ تھے کہ مریضوں کے ناموں کی لسٹس آویزاں تھیں اور باری آنے پر بھی پلیٹ لٹس کیلئے ٹائم دیا جا رہا تھا۔

پریشانی تو ہوئی لیکن قے روکنے کی دوائیوں اور معدے کی سوزش کیلئے مختلف ٹیکے لگانے کے بعد پپیتے کے پتے کا عرق جیسے ہی معدے میں ٹھہرنے لگا تو 2 دن کے بعد پلیٹ لٹس بڑھنا شروع ہو گئے۔ قدرت کے اس انمول تحفے پر احساس ہوا کہ اللہ کی اس دنیا میں کوئی بھی شے بے مقصد پیدا نہیں کی گئی۔

انہی دنوں میرے ایک مریض جو گزشتہ 2 سالوں سے ایک قسم کے کینسر (Multiple Myeleria) میں مبتلا تھے جہلم کے ہسپتال میں خون کی الٹیوں اور کالے پاخانوں کے ساتھ داخل ہوئے بہت تشخیص کے باوجود وجہ معلوم نہ ہو سکی۔ ان کی ہیموگلوبن 5.0 gm تک گر گئی۔ خون کی سات بوتلیں لگانے کے باوجود Hb-7.0 gm سے زیادہ نہ بڑھ سکی۔

جب جہلم ہسپتال کی میڈیکل وارڈ کی نرس نے فون پر

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 8 تاریخ بروز ہفتہ صبح 11 بجکر 10 منٹ سے لیکر 1 بجکر 13 منٹ تک، 20 تاریخ بروز جمعرات سہ پہر 3 بجے سے لیکر 4 بجکر 19 منٹ تک، 28 تاریخ بروز جمعہ صبح 10 بجے سے لیکر 12 بجکر 23 منٹ تک **یَا حَکِیْمُ یَا وَدُوْدُ یَا عَزِیْزُ** پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ: 1)۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آ جائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**۔ خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔ **روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی۔**

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفی عنہ)

نورانی مراقبہ سے فیض پانے والے

السلام علیکم! عبقری اس دور کی ایک اہم ضرورت ہے اس کی اہمیت اسے پڑھنے کے بعد پتہ چلتی ہے۔ یہ گھروں کے الجھے مسائل کا سلجھا حل پیش کرتا ہے۔ میں بہت سے گھریلو مسائل میں مبتلا تھی لیکن عبقری میں دی ہوئی روحانی محفل کو باقاعدگی سے کرنے سے اللہ پاک نے بہت تھوڑے عرصے میں میرے انتہائی الجھے ہوئے اور پریشان (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

ایسی شرافت جس پر فرشتوں کو بھی رشک آئے

شراب اور شعراء کی صحبت بھی حضرت جگر سے اس سرمایہ کو جدا نہ کرسکی مگر یہی انسان جب اس فطری گوہر سے محروم ہوجاتا ہے تو پھر احکم الحاکمین کے فرمان کے مطابق ''پھر ہم اس کو پستی کی حالت والوں سے بھی پست کردیتے ہیں'' **(التین:5)**

میرے استفسار پر بتایا کہ مریض کے پلیٹ لٹس 40,000/cmm تک کم ہوگئے اور سفید ذرات بھی 2000/Cmm ہیں تو میں نے انہیں پپیتے کے پتوں کا مشورہ دیا اگرچہ ان کا ڈینگی بخار کا ٹیسٹ بھی نیگٹو آیا تھا۔ چند دن انہوں نے اس مشورے کو سنجیدگی سے نہیں لیا۔ شاید ایک وجہ وہاں سے پپیتے کے پتے نہ ملنا بھی تھی۔ اب حالت زیادہ خراب ہونے پر وہ مریض کو لاہور لے آئے اور الحمدللہ پپیتے کے پتوں کا عرق پلانے سے صرف چار دن کے اندر پلیٹ لٹس 75000/Cmm تک بڑھ گئے اور وہ تندرست ہونے لگا اور مزید خون لگانے کی ضرورت نہ رہی۔

ضرورت اس امر کی ہے کہ ہم سب قدرت کی ان نعمتوں سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں اور ایک دوسرے تک ان کے فوائد پہنچائیں تاکہ اللہ کی زیادہ سے زیادہ مخلوق اس سے فیضیاب ہوسکے۔

طریقہ استعمال: پپیتے کے چند پتے لے کر اچھی طرح دھو لیں۔ چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرکے Blender کے جگ میں ڈالیں تھوڑا سا پانی شامل کرکے ململ کے باریک کپڑے یا باریک سوراخ والی چھلنی سے چھان لیں ہر چھ گھنٹے کے بعد دو بڑے چمچ استعمال کریں۔ کوشش کریں کہ صبح وشام تازہ عرق نکالیں۔ (تھوڑی کڑواہٹ کی وجہ سے قے آنے کی صورت بن سکتی ہے۔)

نوٹ: سیب کے تازہ جوس میں لیموں کا رس ملا کر پینے سے بھی پلیٹ لٹس بہتر ہوجاتے ہیں۔

ایک صاحب اکمل سلطان نے ابوظہبی سے بتایا کہ بھٹہ کھانے سے آپ مچھر کے کاٹنے سے بچ جاتے ہیں۔

مشاعرے سے واپس ہوئے مشاعرے کے ذمہ داروں نے حضرت جگر مراد آبادی کی خدمت میں چھ سو روپے پیش کیے انہوں نے شیروانی میں رکھ لیے۔ ٹرین آنے میں وقت تھا۔

خیال ہوا کہ نائی کے یہاں خط وغیرہ بنوالیں' نائی کی ایک اچھی دکان پر حجامت بنوانے کے لیے شیروانی کھونٹی پر ٹانگ دی' کئی شاگرد بھی ساتھ میں تھے یہ اس زمانے کا واقعہ ہے جب حضرت جگر نے شراب سے توبہ نہیں کی تھی۔ شاگردوں میں لت متعدی طور پر موجود تھی اور اس کے نتیجہ میں شراب کیلئے پیسوں کی ضرورت شاگردوں کو درپیش تھی' کسی شاگرد نے موقع پاکر چھ سو روپے نکال لیے ایک دوسرے شاگرد برابر والی کرسی پر حضرت جگر کے ساتھ حجامت بنوار ہے تھے۔ انہوں نے جیب سے چھ سو روپے نکالتے ہوئے سامنے آئینہ میں دیکھ لیا۔

جگر صاحب حجامت بنوا کر فارغ ہوئے' کھونٹی سے اتار کر شیروانی زیب تن کی، دکان سے باہر نکلتے وقت دیکھنے والے شاگرد نے یہ بتانے کیلئے کہ دوسرے ساتھی نے جیب سے چھ سو روپے چرا لیے ہیں زبان کھولی: ''حضرت'' ابھی حضرت ہی کہا تھا کہ لفظ وانداز سے جگر مراد آبادی سمجھ گئے کہ انہوں نے جیب سے روپے نکالتے ہوئے دیکھ لیا ہے۔ خود جگر مراد آبادی چونکہ بالکل سامنے کرسی پر حجامت بنوا رہے تھے تو انہوں نے آئینہ میں خود بھی روپے نکالتے ہوئے دیکھ لیا تھا فوراً بتانے والے شاگرد کے منہ پر ہاتھ رکھا اور ان کو لے کر ایک طرف خلوت میں گئے اور بولے ''خدا کے لیے ان روپیوں کے نکالنے کا ان ساتھی سے تذکرہ بھی نہ کرنا' اس لیے کہ اگر تم نے تذکرہ کردیا تو ان کے چہرہ پر چوری کھل جانے کی وجہ سے جو شرمندگی ہوگی وہ مجھ سے برداشت نہ ہوسکے گی' میں مر جاؤں گا۔''

چار محترم چیزوں کی قسم کھا کر احسن الخالقین خدا نے انسان کے فطری اور خلقی جوہر کی یوں تعریف کی ہے:

''بلاشبہ ہم نے انسان کو بہت خوبصورت سانچہ میں

غلطی کی اصلاح: کمپوزنگ کی غلطی کی وجہ سے ماہ دسمبر کی روحانی محفل کی تاریخ اور دن میں مطابقت نہیں تھی جس وجہ سے قارئین کو پریشانی کا سامنا کرنا پڑا۔ اس سلسلے میں ادارہ معذرت خواہ ہے۔

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔

سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد بِسْمِ اللّٰہِ تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّٰہِ کا ورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ'' آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اس کے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

نورانی مراقبہ سے فیض پانے والے

ایڈیٹر صاحب السلام علیکم! میں گزشتہ 6 ماہ سے عبقری کا مطالعہ کررہا ہوں اس کے تمام سلسلے اور مضامین ہی نہایت مفید اور پراثر ہوتے ہیں۔ اس میں آپ کا ایک مستقل سلسلہ نورانی مراقبہ بھی ہے جسے کرنے سے مجھے بے شمار فوائد ملے ہیں۔ مجھے اکثر رات کو ایک ایک گھنٹہ نیند نہیں آتی تھی اور میں کروٹیں بدلتا رہتا تھا اور سوچوں میں گم رہتا تھا۔ جب میں نے یہ پڑھا تو سوچا کہ وقت کو گزارنا ہی ہے تو نورانی مراقبہ ہی کرلیا کروں۔ جب میں نے شروع کیا تو حیرت انگیز طور پر پہلے دن کرنے سے ہی میں پرسکون نیند سوگیا اور جب صبح اٹھا تو ذہنی اور جسمانی طور پر بالکل تروتازہ تھا اس دن سے آج تک میں اسے اپنا معمول بنالیا ہے اور اس کے مجھے بہت لاجواب فوائد ملے ہیں اور میں پہلے سے زیادہ چاق وچوبند ہوگیا ہوں۔ **(فرحان' سیالکوٹ)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 17

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

ڈھالا ہے'' **(التین : 4)**
اس کی فطری شرافت اگر بیماری اور رذائل کی زد میں نہ آئے تو اس شرافت کے ایسے واقعات سے انسانیت کی تاریخ تابناک ہے کہ جن پر فرشتوں کو رشک آئے بعض لوگوں میں یہ فطری اور خلقی شرافت اور حسن خاندانی خمیر کے ساتھ ایسا پیوست ہوجاتا ہے کہ شراب اور شعراء کی صحبت بھی حضرت جگر سے اس سرمایہ کو جدا نہ کرسکی مگر یہی انسان جب اس فطری گوہر سے محروم ہوجاتا ہے تو پھر احکم الحاکمین کے فرمان کے مطابق '' پھر ہم اس کو پستی کی حالت والوں سے بھی پست کردیتے ہیں'' **(التین : 5)**
ایک حضرت جگر اور ان جیسے کمال ظرف اور جوہر عظمت رکھنے والے لوگ ہیں کہ چور کو چوری میں بھی شرمندگی نہ ہو مگر وہ اس شرمندگی کو دیکھنے کی تاب نہ رکھتے ہوں اور دوسری طرف ایسے لوگ بھی ہیں جن کے بارے میں ارشاد ہے: ''جس کے ساتھ تم نے احسان کیا ہو اس کے شر سے ہوشیار رہو'' یعنی محسن کو اس کے شر سے بچنے کا حکم دیا گیا ہے۔ انسان کو اس بگاڑ اور بناؤ کا اختیار بھی اللہ نے دیا ہے: ''اللہ تعالیٰ کسی قوم کی حالت کو نہیں بدلتا جب تک کہ وہ لوگ خود اپنے آپ کو نہ بدلیں'' **(الرعد : 11)**
علی ظرفی، فطری اور خلقی شرافت کو محفوظ رکھ کر فرشتوں کو شرما دینے والے جوہر کو بھی انسان حاصل کرسکتا ہے اور شیطان کو شرما دینے والے واقعات بھی انسان سے وقوع پذیر ہوتے ہیں اور خود انسان کو اختیار دیا گیا ہے کہ وہ اپنے آپ کو کس زمرے میں رکھنا چاہتا ہے۔

کاش ہم اپنے اس اختیار کا فائدہ اٹھاسکیں!!!

میں نے اس سے پوچھا کہ تمہیں یہ آیت کس نے بتائی لیکن وہ خاموش تھا جب زیادہ اصرار پر بھی اس نے نہ بتایا تو پھر جیل کے نگرانوں نے محافظوں کو حکم دیا تو انہوں نے اس پر تشدد کیا ایسا سخت تشدد کہ اگر وہ لاہوتی کوڑا جو اس جن پر برستا تھا کسی ایک انسان نہیں اگر دس انسانوں پر اکٹھا برس جائے تو وہ قیمہ کی طرح پس جائیں' کچھ دیر کے تشدد کے بعد وہ بولا اور وہی بولا جو پہلے صحابی بابا نے بتایا تھا۔ اب اس محافظ مسلمان جن کو پکڑوایا گیا تو اس نے انکشاف کیا کہ دراصل مجھے ایک عامل نے قابو کیا ہوا ہے اور وہ مجھ سے رقم اور مال منگواتا رہتا ہے میں مجبور ہوں کہ میری آمدنی اتنی نہیں کہ میں کہاں سے لے آؤں آخر ایک دن اس نے مجھ سے بڑی رقم کا مطالبہ کیا میں وہ رقم نہ دے سکا تو اس نے مجھے تکلیف دی۔ میری اولاد کو تکلیف دی' مجبوراً اس غیر مسلم جن جو کہ عرصہ سے کہہ رہا تھا کہ سنا ہے کہ قرآن میں سب کچھ ہے مجھے بھی کچھ بتائیں۔ 31 سال جیل میں ہوگئے ہیں اس نے مجھے بڑے مال اور دولت کا طمع دیا میں مجبور تھا میں نے اسے یہی آیت پڑھنے کیلئے دی اسے آتی نہیں تھی۔ میں نے اسے یاد کرائی کئی دن کی کوشش کے بعد اس نے یاد کرلی پھر اس نے مجھے دولت دی جو میں نے برگد کے بوڑھے درخت میں چھپادی ہے اور چھٹی کے دن اس عامل کو وہ دولت دینے جانا ہے حالانکہ خود میرے گھر میں غربت ہے لیکن میں ایسا کرنے پر مجبور ہوں جب اس کی یہ بات سنی جو کہ میرے لاہوتی علم کے مطابق سو فیصد درست تھی تو اس کے حال کو میں نے حاجی صاحب اور صحابی بابا کی خدمت میں پیش کیا اور ان سے عرض کیا کہ میں یہ کیس آپ کے سپرد کرتا ہوں جو سزا یا معافی آپ اس مسلمان محافظ جن کو دینا چاہتے ہیں دیں میری طرف سے ہر طرح کی اجازت ہے۔
تھوڑی دیر مشورہ کرنے کے بعد حاجی صاحب کہنے لگے اگر آپ قبول کریں تو میرا مشورہ ہے اصل مجرم وہ عامل ہے جو اس محافظ جن کو مجبور کرتا ہے۔ اس عامل کی خبر لینی چاہیے فیصلہ درست تھا طے ہوا کہ اس محافظ جن کو اس عامل کے چنگل سے چھڑایا جائے اور اس عامل کو سخت سبق بھی دیا جائے کہ کسی مجبور کو مجبور نہیں کیا جاتا بلکہ اس کی مدد کی جاتی ہے جبکہ اس عامل نے تو اس محافظ عامل کو مجبور کیا اور چوری ڈاکے اور ناجائز کاموں پر مجبور کیا۔ اب اس کافر جن کو واپس کڑی جیل میں بھجوایا گیا اور حکم دیا کہ اس کی سزا سخت کردی جائے اور اس سے اس آیت کی تاثیر واپس لے لی جائے بلکہ محافظ جنات کو یَاوَکِیْلُ کا ورد بتایا جائے کہ کوئی سرکش جن نکل نہ سکے۔
مجھے احساس ہوا کہ قرآن کیسی عجیب نعمت ہے اگر گنہگار اور خواہ وہ کافر ہو' پڑھے تو بھی اس میں شفاء موجود ہے اور کامل شفاء موجود ہے۔ آج ہم مسلمان قرآن کی نعمت سے محروم ہیں ایک نہ پڑھنا' دوسرا یقین سے نہ پڑھنا' اس کافر جن نے ایک تو زیادہ پڑھا اور بہت زیادہ پڑھا دوسرا یقین سے پڑھا تو اس کی رہائی ہوگئی۔ ہم سے کوئی بھی شخص وہ نفس اور شیطان کی مکاری' عیاری' مکروفریب سے رہائی چاہتا ہو گناہوں کی زندگی سے نجات چاہتا ہو یا کسی جیل کا قیدی ہو تو وہ بھی اگر یہ پڑھے گا تو رہائی ہوجائے گی میری طرف سے سب کو اجازت ہے بس شرط یقین' اعتماد اور کثرت سے پڑھنا ہے۔ دنوں کی قید نہیں۔
ایک بار میں نے باورچی جن کا تذکرہ کیا تھا جس نے عبدالسلام جن کی شادی میں بہت لذیز کھانے کھلائے اور لاجواب کباب اور بھونے ہوئے پرندے کھلائے۔ ابھی چند دن پہلے میں نے ایک غریب جن کی بیٹی کی شادی میں شرکت کی وہ اکثر آتا اور عرض کرتا کہ میری بیٹی کی شادی ہے۔ غریب ہوں' آپ نے ضرور آنا ہے۔ پھر خود ہی کہتا کہ مجھے علم ہے آپ شادیوں میں نہیں جاتے لیکن میری بیٹی کی شادی میں آپ نے ضرور شرکت کرنی ہے۔
ایک دن اس کے اصرار پر میں وعدہ کر بیٹھا پچھلے ہفتے وہ غریب جن جس کا نام سہراب ہے آیا کہنے لگا کہ بیٹی کا نکاح اگر آپ پڑھا دیں تو سعادت ہوگی اور شادی میں شرکت ضرور کریں۔ مقررہ وقت پر جنات کا لشکر مجھے لینے کیلئے آگیا ہم نے کوٹ ادو ضلع مظفرگڑھ کے قریب ایک صحرائی جنگل میں ان کی شادی میں جاکر اترے۔ ایک گدھ نما کی طرح کا بڑا پرندہ تھا جس کی پشت پر ایک وسیع صحن تھا ہر طرف بالوں کی اٹھی ہوئی دیوار تھی جو باڑ کا کام دے رہی تھی تاکہ شاہی مہمان کا نقصان نہ ہو اور وہ گر نہ جائے۔ پرندے کے اردگرد اٹھے بالوں میں ایسے بال بھی تھے جو بلب قمقمے اور روشنیوں کا کام دے رہے تھے اور طرح طرح کی حیرت انگیز روشنیاں ان میں سے نکل رہی تھیں۔
ایک بڑی کرسی تھی اس کے ساتھ 70 کرسیاں اور پڑی ہوئی تھیں یہ دراصل شاہ جنات کی شاہی سواری ہے حاجی صاحب جن نے میرے لیے یہ سواری بھیجی تھی میرے گھر کی چھت پر یہ سواری آکر رکی میں نے وضو تازہ کیا دو

اولاد سے محروم افراد ضرور پڑھیں

ادھر ہمارے دوراوپر پہاڑوں میں ایک بابا جی کا عرصہ سے سنتے آئے کہ جو بھی ان کے پاس دل کی مراد لے کر جاتا ہے خالی نہیں آتا۔ وہاں پہلے تو دل میں آیا کہ کہیں شرک یا بدعت نہ ہو کیونکہ چار دن کچھ اللہ والوں کی جوتیاں سیدھی کی تھیں

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

نفل تحیۃ الوضو پڑھے خوشبو لگائی اور چھت پر چڑھ گیا تو جنات کا لشکر اس شاہی سواری کی حفاظت کیلئے ہر وقت ساتھ ہوتا ہے وہ موجود تھا انہوں نے مجھے سلام کیا پرندے کے پروں سے بنی ہوئی نرم گداز آرام دہ سیڑھیاں تھیں ان پر چڑھ کر میں چھوٹی کرسی پر بیٹھ گیا لیکن لشکر کے سپہ سالار نے عرض کیا کہ ہمیں حکم ہے کہ آپ کو شاہی کرسی پر بٹھا کر لایا جائے۔ میں شاہی کرسی جو خالص جواہر لعل موتی چاندی اور سونے کی بنی ہوئی تھی' پر بیٹھ گیا پرندہ گدھ نما اڑا اور پل بھر میں آسمان کی تاریکیوں میں گم ہوگیا بس مجھے ہلکی سی ہوا کی سرسراہٹ محسوس ہو رہی تھی اور یہ احساس تھا کہ سفر طے ہو رہا ہے پل بھر میں سواری صحرائی جنگل میں تھی ہر طرف جنات ہی جنات تھے۔

زرق برق لباس میں لیکن جو چیز خوشی کی تھی وہ یہ تھی کہ اس سارے مجمع میں دین دار اور باشرع جنات تھے اور سنت کے مطابق شادی سادگی سے ہو رہی تھی کیونکہ میں نے شادی سے پہلے ان سے وعدہ لیا تھا۔ وعدے کے مطابق وہ سنت کے مطابق شادی کر رہے تھے۔ شادی سے پہلے ہی میں نے باورچی بابا جن کو عرض کیا کہ آپ ہی وہاں کھانے کی نگرانی کریں میرے سامنے سادہ کھانا لایا گیا کیونکہ میں سادہ کھانے کو طبعاً پسند کرتا ہوں وہ سادہ کھانا لایا تو میں نے جن بابا کو عرض کیا کہ آپ میرے ساتھ بیٹھیں اور مجھ سے باتیں کریں۔ پچھلی صدیوں اور زندگی کے کچھ حالات سنائیں۔ انہوں نے ایک واقعہ سنایا جو واقعی حیرت انگیز تھا کہنے لگے محمد شاہ رنگیلا کا دور تھا۔ اس دور میں مراثیوں' بھانڈوں' طوائفوں اور شاعروں کی خوب سرپرستی کی جاتی تھی۔ دین کا نقش و نگار دھندلا پڑ گیا۔ ہر طرف عیاشی' ظلمت اور اسراف کا عالم تھا' اس دور میں میرے والد زندہ تھے' دادا زندہ تھے۔ میں بھرپور جوان تھا۔

کچھ عرصہ قبل بندہ نے ایک پہاڑی علاقے کا سفر کیا عبقری کے ایک نادیدہ قاری کا اصرار تھا جب بھی آپ اس طرف آئیں تو میرے پاس ضرور آئیں۔ بندہ نے آنے سے قبل انہیں اطلاع دی طے ہوا کہ میں فلاں جگہ سڑک پر آپ کا انتظار کروں گا۔ سردی کا موسم تھا بلکہ سردی اپنے عروج پر تھی۔ پہاڑی جنگل جہاں چند گھروں میں ان کا خاندان رہ رہا تھا۔ بہت خلوص سے ملے اور فوراً کھانے کا پوچھا سادہ لیکن لذیز کھانا کھلایا ان کا پروگرام تھا کہ رات بیٹھ کر باتیں کریں لیکن ان کی خدمت میں عرض کیا کہ رات بہت بیت چکی ہے صبح انشاء اللہ باتیں کریں گے۔ انہوں نے چارپائیوں پر چٹائی بچھائی پھر اوپر گدا اور رضائی دی میں نے چٹائی کا تذکرہ قارئین سے اس لیے کیا کہ یہ ایک سنت عمل ہے جو ابھی تک سرحد اور پنجاب کے بعض دیہاتی علاقوں میں زندہ ہے۔ بہت پرسکون نیند کے بعد صبح سویرے جاگنا ہوا پھر نماز فجر کے بعد کچھ اذکار اشراق کے بعد ناشتہ اور پھر گفتگو کا دور شروع ہوا۔ قارئین! یہ باتیں کہتے ہوئے مجھے شرمندگی محسوس نہیں ہو رہی کہ میں ہر شخص سے سیکھتا ہوں اور ہر آنے والا مریض یا ملاقاتی مجھے سکھاتا ہے۔ انہوں نے مجھ سے کچھ سوالات کیے کچھ میں نے کیے۔ انہی سوالات کے دوران انہوں نے ایک آزمودہ نسخہ دیا جو دیا تو مجھے اور تاکید کی کہ اگر آپ عبقری میں لوگوں کو اتنے قیمتی راز نہ دیتے تو میں بھی کبھی آپ کو اتنے قیمتی راز نہ دیتا لیکن اسے آپ عبقری میں شائع نہ کیجئے کیونکہ لاکھوں قارئین میں کون مخلص ہے کون تاجر اگر کسی تاجر کے ہاتھ یہ نسخہ آگیا تو پھر اس کا نقصان ہوگا یعنی کسی نااہل کے ہاتھ یہ راز آجائے گا جو اسے دنیا کمانے کیلئے استعمال کرے گا۔

میں نے ان سے عبقری کیلئے وعدہ نہ کیا کہ شائع نہیں کروں گا بلکہ یہ کہا کہ چلو یہ وعدہ رہا یہ میں اپنے خاص الخاص احباب کو یہ قیمتی راز دوں گا عام آدمی کو نہیں دوں گا۔ پھر انہوں نے وہ راز دیا۔

عبقری کا ہر قاری میرے لیے خاص الخاص ہے میں ہر شخص کو اپنا خاص آدمی سمجھتا ہوں اس لیے ان سے وعدہ خلافی بھی نہیں ہوئی اور میرے پیارے مخلص قارئین تک یہ راز پہنچ گیا آیئے قارئین! اب اس راز کی طرف آتے ہیں۔

میرے میزبان کہنے لگے کہ میرے بھائی (جو کہ قریب بیٹھے تھے اور جانوروں کے کامیاب معالج تھے) کی اولاد نہیں تھی کچھ عرصہ انتظار کیا آخر کار جب ٹیسٹ کرائے تو معلوم ہوا کہ بھائی اولاد پیدا کرنے کے قابل ہی نہیں۔ بہت فکر لاحق ہوئی ادھر ادھر سے مشورہ کیا بانجھ پن کا علاج بہت مہنگا اور مشکل ہوتا ہے پھر ایک سپشلسٹ ڈاکٹر نے پھر ٹیسٹ کرائے کہ موسوم بالکل زیرو تھے اس کے مطابق زیرو کا علاج ناممکن ہے ہاں اگر کچھ فیصد ہوں تو پھر اس کو بڑھانے کا کچھ علاج ہے۔ یہاں تو معاملہ بالکل زیرو ہے ہم سب بہت پریشان ہوئے آخر علاج کیا کسی نے لاہور کے ایک مشہور ڈاکٹر جو بے بی ٹیسٹ ٹیوب کے ماہر کہلاتے ہیں ان کے پاس بھیجا ہمارے پاس اخراجات جو کہ ان کی بھاری فیس اور بھاری بڑے ٹیسٹ ہیں نہیں تھے۔ اہلیہ نے اپنی بالیاں فروخت کیں لاہور کا سفر ہوا بہت مشکل سے وقت ملا اور جب انہوں نے معائنہ کے لیے وقت دیا تو بہت سارے ٹیسٹ لکھ کر دیئے۔ الغرض دو دن ہم ٹیسٹ میں ہزاروں ضائع کر کے پھر ملاقات ہوئی اس طرح انہوں نے قیمتی ادویات لکھ کر دیں اور 2 ماہ کے بعد پھر ملنے کو کہا جب ادویات لیں تو بالیوں کی رقم پہلے سے ختم ہو چکی تھی لیکن علاج تو کرنا تھا اہلیہ نے کہا اولاد سے قیمتی چوڑیاں نہیں اس نے اپنی سونے کی چوڑیاں فروخت کر دیں۔ دو ماہ علاج کیا پھر معائنہ بھاری فیس اور لاہور کا مشکل سفر۔ انہوں نے کہا کہ آپ کا علاج مزید 9 ماہ ہوگا۔ مایوس ہو کر چپکے سے واپس آگئے۔ آخر کیا کرتے کسی قسم کی رقم اور مزید گنجائش نہیں تھی۔

ادھر ہمارے دوراوپر پہاڑوں میں ایک بابا جی کا عرصہ سے سنتے آئے کہ جو بھی ان کے پاس دل کی مراد لے کر جاتا ہے خالی نہیں آتا۔ وہاں پہلے تو دل میں آیا کہ کہیں شرک یا بدعت نہ ہو کیونکہ چار دن کچھ اللہ والوں کی جوتیاں سیدھی کی تھیں اس لیے دل میں شرک اور بدعت کا احساس تھا۔ چار و ناچار ان کے پاس جانے کا ارادہ کیا اہلیہ کو ساتھ لیا بہت کٹھن اور لمبا سفر' کچھ سفر جیپوں پر کیا پھر کچھ سفر خچروں پر جو کہ نہایت خطرناک سفر تھا کیا جب وہاں پہنچے تو انہوں نے وقت دیا۔ ہماری طرح بہت لوگ نا جانے کتنا مشکل سفر کر کے وہاں پہنچے ہوئے تھے۔ انہوں نے حکم دیا کہ 9 راتیں یہاں ٹھہرو من کی مراد پا کر جاؤ گے۔ اب مشورہ کیا کہ واپس جائیں یا نو راتیں یہاں ٹھہریں طے ہوا کہ اتنے دن کا مشکل سفر کر کے یہاں تک

پہنچے ہیں چلو نوراتیں وہاں ٹھہر جاتے ہیں ساتھ ہی کچے جھونپڑے نما کمرے بنے ہوئے تھے اہلیہ کے ساتھ وہاں ٹھہرا۔ میں نے محسوس کیا کہ یہاں نماز اعمال نام کی چیز نہیں بس ہر وقت چند الفاظ ہیں جن کا تعلق پیر صاحب کے نام سے تھا وہی دھراتے رہنا ہے۔ بہت ناگوار گزرا کہ آخر یہ کیسی زندگی؟ کیسے پیر اور کیسی نگری ہے؟ بہرحال بیوی کے اصرار پر رکے رہے کئی بار دل میں بات آئی کہ واپس چلے جائیں لیکن بیوی کا رونا اور اس کا اصرار آخر کار نوراتیں گزر گئیں ان نوراتوں میں اور دنوں میں کتنے لوگوں کی انوکھی کہانیاں سنیں کہ لوگ کیسے آتے ہیں ان کے ساتھ کیا معاملہ ہوتا ہے ان کی زندگی کے دن رات کیسے گزرتے تھے۔ علیحدہ کہانی ہے پوری کتاب ہے بلکہ حکیم صاحب! آپ یہ بھی ایک کتاب لکھیں کہ وہاں ہوتا کیا۔ دسویں دن پیر صاحب کے پاس حاضری ہوئی انہوں نے کچھ تعویز دیئے' دھاگے دیئے اور بھاری فیس لی اور ہم واپس اسی مشکل سفر کی طرف راستے میں ایک حادثہ ہم سے پہلی جیپ کے ساتھ ہوا تھا جو رونگٹے کھڑے کرنے والا تھا۔

تقریباً پندرہ دن کے بعد گھر پہنچے ان پندرہ دنوں میں روکھی سوکھی کھا کر گزارا کیا غسل کی نوبت کہاں آتی کہ پینے کیلئے مشکل سے پانی ملتا تھا جب ہم گھر پہنچے تو تمام بستی والے جمع ہو گئے انہیں حالات سنانے پڑتے اب تو جو بھی آتا وہ پورے اول سے آخر تک حالات سننے کی تمنا کرتا۔ مجبوراً انہیں حالات سنانے پڑتے جس امید کو لے کر گئے تھے 9 ماہ پورا انتظار کیا وہ امید ناامیدی میں بدل گئی۔ حالات ویسے کے ویسے اولاد نہ ہوئی لاکھوں تباہ کر چکے کوئی فائدہ نہ ہوا۔

لیکن ایک کام میں روزانہ کرتا تھا کہ دو نفل صلوۃ الحاجت روزانہ میں بھی اور اہلیہ بھی پڑھتے تھے۔ یا اللہ غیب سے اسباب عطا فرما' اعمال میں طاقت ہے ان اعمال کی وجہ سے آخر اللہ تعالیٰ کو ترس آیا ہماری قریبی دوسری بستی میں ایک دائی بہت پرانی مشہور تھی۔ ایک دن وہ گھاس کیلئے ایک کنال جگہ لینے کیلئے ہمارے ہاں آئی میری بیوی دو نفل پڑھ کر رو رو کر دعا کر رہی تھی۔ دعا کے بعد اس دائی نے پوچھا کیا بات ہے؟ اتنی کیوں رو رہی ہو؟ تو اہلیہ نے بتایا کہ اتنے سال شادی کو ہو گئے ہیں لیکن شادی کے بعد سے اب تک اولاد نہیں ہوئی بہت دھکے کھائے رقم برباد کی لیکن فائدہ نہ ہوا۔ دائی کہنے لگی اس میں پریشانی کی کونسی بات ہے۔ ایک نسخہ میرا بے شمار لوگوں پر آزمایا ہوا ہے جس کو دیا ہے اسی کو فائدہ ہوا تھا۔ یہ نسخہ میرے نانا کو پاکستان بننے سے پہلے ایک فقیر جوگی نے دیا تھا میں نے تو جس کو بھی دیا اسی کو فائدہ ہوا آپ کو لکھوا دیتی ہوں آپ بھی بنائیں۔ ساٹھ سال سے زیادہ عرصہ ہوا آج تک یہ ناکام نہیں ہوا۔ اہلیہ نے بھتیجے کو بلوا کر اس سے وہ اجزاء جو کہ دائی کو یاد تھے لکھوا لیے اور اعتماد سے دونوں میاں بیوی نے استعمال کیے۔ بس اس دائی نے تاکید کی کہ دوران استعمال ایک تو میاں بیوی دونوں استعمال کریں ہر موسم میں اعتماد سے استعمال کریں۔ مرچ مصالحہ' تلی ہوئی چیزیں' گوشت استعمال نہ کریں اور کسی کو ایک ماہ کسی کو 3 ماہ کسی کو 5 ماہ میں لیکن فائدہ ضرور ہوتا ہے۔ آج تک کسی کو فائدہ نہ ہوا ہو ممکن نہیں۔

قارئین! آپ نے اس شخص کی ساری آپ بیتی یا دکھ بیتی سن لی یقین جانیے یہ وہ نسخہ ہے جو اگر میں چاہوں تو تجارتی بنیاد پر سیل کروں لیکن عبقری کے قارئین کو ہدیہ پیش کر رہا ہوں واقعی لاجواب ہے جس کو بھی دیا نفع ہوا اور خوب ہوا آپ بھی بنائیں لیکن تسلی سے آزمائیں اور دل سے دعا دیں۔

ھوالشافی: الائچی چھوٹی، سرمہ سفید، ماجو، طباشیر انڈیا، کمرکس، مائیں، موصلی سفید انڈیا ہر ایک 10 گرام۔ گری، منتیٰ خشخاش ہر ایک 250 گرام۔ چاول سرخ' بادام مغز ہر ایک آدھا پاؤ۔ سپاری 5 تولہ، مغز پستہ، زیرہ سفید، گوند کیکر، گوند کتیرا ہر ایک آدھا کلو، مصری آدھا کلو تمام کوٹ پیس کر ایک بڑا چمچہ دودھ کے ہمراہ صبح و شام مرد و عورت دونوں استعمال کریں۔

نوٹ: قارئین دل و جان سے جو بھی آزمودہ سینے کا راز ملتا ہے آپ تک پہنچاتا ہوں آپ بھی اپنے مشاہدات تجربات طبی یا روحانی ضرور لکھیں۔

ماہِ صفر کی خاص عبادات

جو کوئی یہ چاہے کہ اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کر دے تو وہ آخری چہار شنبہ کے دن چاشت کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ الم نشرح پڑھ کر ستر مرتبہ سورۂ والتین پڑھے' ستر مرتبہ سورۂ نصر پڑھے اور ستر مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔

جب چاند دیکھے تو

جب صفر کا چاند دیکھے تو نماز مغرب کی ادائیگی کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک ہزار مرتبہ نہایت توجہ و یکسوئی سے یہ درود پاک پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِیِّ الْاُمِّی بفضل باری تعالیٰ اس عمل کے کرنے سے گناہوں کی معافی عطا ہو گی' اللہ تعالیٰ اپنی حفظ و امان میں رکھے گا۔

ماہ صفر کی پہلی شب

کتاب ''راحۃ القلوب'' میں ہے کہ جو کوئی نمازِ عشاء کی وتر اور نفل نماز سے پہلے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ کافرون پڑھے' دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے' تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ فلق پڑھے اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ الناس پڑھے۔ نماز ادا کرنے کے بعد ایک سو مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ پڑھے۔ پھر ستر مرتبہ درود پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ہر بلا و مصیبت سے محفوظ رہے گا۔

آخری چہار شنبہ

ماہ صفر کے آخری چہار شنبہ میں نفل نمازیں پڑھنے سے اللہ تعالیٰ بندے پر خصوصی فضل و کرم فرماتا ہے۔ ایک بزرگ فرماتے ہیں کہ آخری چہار شنبہ کے دن نماز اشراق کے بعد غسل کر کے پاکیزہ لباس پہنے اور بغیر کسی سے کوئی کلام کئے چار رکعت نفل نماز اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ستر مرتبہ سورۂ کوثر' پانچ مرتبہ سورۂ اخلاص اور ایک ایک مرتبہ معوذتین پڑھے۔ پھر سلام پھیرنے کے بعد اپنا سر سجدے میں رکھے اور ایک مرتبہ یَا وَھَّابُ اور اَلْحَیُّ الْحَقُّ کہے۔ اس کے بعد اٹھ کر بیٹھ جائے اور اکسٹھ مرتبہ سورۂ الم نشرح' اکسٹھ مرتبہ سورۂ والتین' اکسٹھ بار سورۂ النصر' اکسٹھ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پھر ایک ہزار چودہ مرتبہ یَا وَھَّابُ کا ورد کرے۔ اس کے بعد سو مرتبہ اَلْحَیُّ الْحَقُّ پڑھے اور تین مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى النَّبِیِّ الْاُمِّی۔

تاریکی سے روشنی کی طرف

حافظ محمد ہارون، کراچی

کہاں ہیں ہماری وہ ''خیالی'' ناکامیاں ذرا اپنے کو سوٹی پر پرکھئے تو دیں مانا کہ تعلیم کم تھی، اقتصادی دشواریاں گلے پڑی ہوئی تھیں لیکن وہ وقت جو ہم نے اپنی قسمت پر آنسو بہانے میں گنوا دیا ہے وہ مزید تعلیم حاصل کرنے، اپنے کاروبار میں زیادہ معلومات بہم پہنچانے میں کیوں نہ صرف کیا گیا؟

جان و مال کی حفاظت کیلئے

جو کوئی آخری چہارشنبہ کے دن پانچوں فرض نمازوں کے بعد نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ قبلہ رخ بیٹھ کر ایک مرتبہ ذیل میں دی ہوئی آیات مبارکہ پڑھ کر پانی پر دم کرے اور یہ پانی خود بھی پئے اور اپنے گھر والوں کو بھی پلائے تو بفضل باری تعالیٰ وہ ہر طرح کی مصیبت و پریشانی سے محفوظ رہے گا۔ اللہ تعالیٰ یہ دم کیا ہوا پانی پینے والے کی جان و مال کی حفاظت فرمائے گا۔ اس کی عمر میں برکت عطا فرمائے گا۔ آیات مبارکہ یہ ہیں:۔

سَلامٌ قَولًا مِّنْ رَبٍّ الرَّحِیم o سَلامٌ عَلٰی نُوحٍ فِی الْعٰلَمِیْنَ o سَلامٌ عَلٰی اِبْرَاھِیمَ o سَلامٌ عَلٰی مُوْسٰی وَ ھَارُوْنَ o سَلامٌ عَلٰی اِلْیَاسِیْن o سَلامٌ عَلَیْکُمْ طِبْتُمْ فَادْخُلُوْھَا خٰلِدِیْنَ o سَلامٌ ھِیَ حَتّٰی مَطْلَعِ الْفَجْرِ o

ثواب حاصل کرنا

جو کوئی یہ چاہے کہ اسے بہت زیادہ ثواب حاصل ہو اللہ تعالیٰ اس کے گناہ معاف کرے اور اسے نیکی کرنے کی توفیق مرحمت فرمائے تو وہ آخری چہارشنبہ کے دن چاشت کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ الم نشرح پڑھ کر ستر مرتبہ سورۂ والتین پڑھے، ستر مرتبہ سورۂ نصر پڑھے اور ستر مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔

تکلیف سے نجات کیلئے

اکثر مشائخ عظام کا کہنا ہے کہ آخری چہارشنبہ کے روز طلوع آفتاب کے وقت باوضو حالت میں یہ لکھے: بسم اللہ الرحمن الرحیم o الٓمٓ. الٓمٓصٓ. کٓھٰیٰعٓصٓ. طٰہٰ. طٰسٓمٓ. یٰسٓ. صٓ. حٰمٓ. عٓسٓقٓ. قٓ. نٓ. لکھنے کے بعد پانی میں خوب اچھی طرح ملا دے اور اس میں سات مرتبہ چاندی کا چھلا بجھائے۔ اس کے بعد اگر حاملہ عورت اس چھلے کو دردزہ کے وقت اپنی کمر سے باندھے تو اسے درد کی شدت میں کمی ہوگی اور وہ بہت جلد فراغت حاصل کرے گی اگر یہ چھلا بواسیر کا مریض اپنے بائیں ہاتھ کی چھنگلیا میں پہنے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کا مرض رفع ہوگا۔

آیئے! آج ہم بڑی سچائی، بڑے خلوص سے یہ سوچیں کہ ہماری کتنی مصیبتیں ہماری وجہ سے مصیبتیں بنی ہیں اور ان کا قسمت سے کوئی تعلق نہیں ہے شکست کے بعد تو سب ہی بدبختی کے سر الزام تھوپ دیتے ہیں اور احساس شکست کو خدا کی مرضی کہہ کر تسکین پہنچاتے ہیں لیکن معاف کیجئے گا یہ اشرف المخلوقات کے شایان شان نہیں۔

کیا ہم میں اتنی ہمت ہے کہ ہم شکست یا ''خدا کی مرضی'' کو مورد الزام ٹھہرانے کے بجائے اپنی کوتاہیوں کا اعتراف کریں؟ زندگی کو کامیاب بنانا ہے تو اتنی ہمت پیدا کرنی ہی ہوگی کہ خود اپنا جائزہ لیا جاسکے۔ خیر اگر اب تک ہم ایسا نہیں کرسکے ہیں تو آیئے! آج سے شروع کریں اور شروع کرنے کی خاطر اپنی گزشتہ ناکامیوں سے متعلق کچھ سوچیں۔ اگر ہم نے واقعی کوشش کی ہوتی تو کیا وہ پورا کام نہ ہوا ہوتا۔ کیا اس ادھورے کام کی اور ہی شکل نہ ہوتی اگر اس کے متعلق خوب سمجھ بوجھ لیا ہوتا؟ کیا ہم کو اس بات کا اعتراف نہیں ہے کہ اگر ہم اپنی اندرونی طاقتوں کو کام میں لاتے تو آج صورت حال بدلی ہوئی ہوتی؟ کیا ہم اس سے بھی متفق ہیں کہ اگر ہمارے انداز مختلف ہوتے۔ یہ اشارے تو محض تجزیہ نفسی کو بیدار کرنے میں مدد دیں گے کام کا پورا ہونا نہ ہونا تو ہم پر ہے۔

کیا یہ حقیقت نہیں ہے کہ اگر ہم خود اپنے کو اچھی طرح سمجھے ہوتے اپنی دماغی طاقتوں کو زنگ آلود نہ ہونے دیتے تو ہماری موجودہ زندگی کے کچھ اور ہی طور، ہمارے ماحول کی بے رنگی میں کچھ اور ہی رنگ ہوتے۔ لیکن جب ہم سے اپنی ناکامیوں کی وجہ پوچھی جاتی ہے تو اکثر اس قسم کے عذر لنگ ہماری زبانوں سے ادا ہونے لگتے ہیں۔

''مجھ کو کامیاب زندگی گزارنے کا موقع ہی کب ملا''

''ماں باپ نے تعلیم ہی کہاں دی تھی کہ کسی عہدہ پر فائز ہوتا''

لامحالہ مجھے جو بھی کام، جو بھی نوکری ملی، اسی کو غنیمت جان کر قانع ہوگیا اور چارہ ہی کیا تھا اور اب اس دلدل سے نکلنے کی صورت ہی کیا ہے؟

ان وجوہ میں کتنی ہی سچائی کیوں نہ ہو لیکن رونا تو اس بات کا ہے کہ ہم یہ بھول جاتے ہیں کہ بالکل اتنے ہی تعلیم یافتہ اور

بواسیر کا حکمی علاج

باسمتی چاول کا ٹوٹا اس میں کوئی اور چاول شامل نہ ہو ورنہ ٹوٹا نہ لیں باسمتی چاول لے لیں اور محفوظ کرلیں۔ 2 کلو پورے ہوں۔

ترکیب استعمال: 2 تولہ (25 گرام) چاول بغیر دھولے ڈیڑھ پاؤ پانی میں جوش دیں جب ایک پاؤ پانی رہ جائے تو اتار کر چھان لیں چاول صدقہ کی نیت سے پرندوں کو ڈال دیں پانی کے دو حصے کرلیں نصف پانی صبح نہار منہ اور نصف پانی شام نہار منہ نیم گرم نمک حسب ذائقہ ڈال کر پی لیں۔

نوٹ: اس عمل سے فوراً فائدہ نہ ہوگا مگر 80 یوم میں ہر قسم کی خونی یا بادی بواسیر ختم ہوگی۔ (راشد ہاشمی، لاہور)

(بقیہ: روحانی محفل سے پانے والے)

کن مسائل حل کردیئے ہیں۔ میرے بچے میرے نافرمان تھے اور میرے شوہر ہر وقت مجھ سے ناراض رہتے تھے۔ گھر میں پریشانیاں اور لڑائی جھگڑے معمول بن گئے تھے۔ میں زندگی سے تنگ آچکی تھی لیکن میں نے کسی کے مشورے سے عبقری میں دی ہوئی روحانی محفل کو کرنا شروع کردیا سب سے پہلی چیز جو مجھے ملی وہ یہ تھی کہ مجھے سکون نصیب ہوگیا اور اس کے بعد آہستہ آہستہ میرے تمام مسائل ایسے حل ہونے لگے کہ میں خود حیران رہ گئی۔ واقعی اللہ کے نام میں بڑی برکت ہے اور اس میں دلوں کا چین بھی ہے۔ میں روحانی محفل کی مقررہ تاریخوں کے علاوہ بھی اسے سارا مہینہ مسلسل پوری توجہ اور ذوق و شوق سے پڑھتی رہتی ہوں۔ اس سے جہاں میرے مسائل حل ہوئے ہیں وہاں میری روحانی بیماریاں جیسے غیبت، جھوٹ وغیرہ بھی ختم ہوگئیں ہیں۔ جو بہنیں اپنے گھروں میں پریشان ہیں میں ان تمام بہنوں کو مشورہ دوں گی کہ وہ روحانی محفل کا پوری توجہ کے ساتھ اہتمام کریں۔ بہت تھوڑے عرصے میں آپ اس کے اثرات محسوس کریں گی۔ (شمیم بیگم، گوجرانوالہ)

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

ہوں اور میری زندگی میں اس نورانی اور بابرکت درس کے بہت گہرے اثرات مرتب ہوئے ہیں اور میری پوری زندگی شریعت کے مطابق ڈھل گئی ہے۔ پہلے تو میں فرض نماز بھی نہیں پڑھتا تھا اور نہ ہی ذکر و اذکار کرتا تھا۔ اگر کبھی ذکر کی کوشش بھی کرتا تھا تو زبان بند رہتی تھی اور توجہ نہیں بنتی تھی اب الحمدللہ ہر وقت میری زبان پر ذکر ہوتا ہے اور میرا دھیان قبر اور آخرت کی طرف متوجہ رہتا ہے۔ میری زندگی کے دن رات مکمل تبدیل ہوچکے ہیں۔ آپ کیلئے میرے دل سے دعائیں نکلتی ہیں۔ میرا کوئی بھی مسئلہ ہو میں اس درس کی دعا میں اس کے حل کیلئے دعا کرتا ہوں تو میرا مسئلہ حل ہوجاتا ہے۔ اللہ پاک مجھے ہمیشہ اس محفل سے جوڑے رکھے۔ (شکیل، لاہور)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

56

ماہنامہ عبقری لاہور ®

فروری 2011ء بمطابق ربیع الاول 1432ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

حکیم صاحب کی سکھر آمد

4-5-6 مارچ 2011ء کو حضرت حکیم صاحب سکھر تشریف لا رہے ہیں۔ 3 دن مسلسل درس بعنوان گھریلو مشکلات' مسائل اور پریشانیوں کا حل قرآنی اور نورانی وظائف کے ذریعے ہوگا۔ نیز میڈیکل سائنس اور طب وصحت کے انوکھے صدری راز اور تیر بہدف نسخہ جات کا انکشاف کریں گے۔ مردوں اور عورتوں کیلئے علیحدہ انتظام ہوگا۔

رابطہ کیلئے موبائل: 0323-7007438

حکیم صاحب کی راولپنڈی/اسلام آباد آمد

عبقری کے قارئین اور مریضوں کے اصرار پر حضرت حکیم صاحب مورخہ 9-10 اپریل 2011ء ہفتہ' اتوار روحانی اور جسمانی مریضوں کا معائنہ کرینگے۔ مردوں اور عورتوں کیلئے علیحدہ انتظام ہوگا۔ ملاقات کیلئے پہلے سے وقت لیں۔

051-5539815-0334-9577433

- شادیاں نہ ہونے کی اہم وجہ
- حسبنا اللہ ونعم الوکیل کا معجزہ
- خیالات سے اچھی صحت کا راز
- سردی میں تندرست وتوانا رہیں
- ربیع الاول کی انمول عبادات
- سنگترہ' بہترین پھل بہترین فوائد
- بواسیر اور رزق کا سوفیصد عمل
- ولایت صرف مردوں کی میراث نہیں
- خواب سے مایوس بیماریوں کا سوفیصد علاج
- کیل مہاسوں کا روحانی اور طبی علاج
- مجھے جنات نے گھیر رکھا ہے
- سبز چائے سے آنکھوں کی بیماریاں ختم
- جوڑوں کے درد کیلئے اعلیٰ پائے کا سستا نسخہ

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 8 | جلد نمبر 5 | فروری 2011ء بمطابق ربیع الاول 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

لاہور
فروری
2011ء

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی ہاشمی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

مجبوراً جوہر شفاء مدینہ کی قیمت بڑھانا پڑی

10 سال سے استعمال کرنے والے قارئین جانتے ہیں باوجود مہنگائی کے اس کی قیمت نہیں بڑھائی۔ شفائے مدینہ کا نسخہ رسالے میں موجود ہے۔ آپ بازار سے دس سال پہلے کے ریٹ اور موجودہ ریٹ کا موازنہ کریں۔ بڑی الائچی 140 روپے کلو تھی اب 2800 روپے کلو ہے۔ چھوٹی الائچی جو 270 روپے کلو تھی موجودہ ریٹ 3600 روپے ہے۔ یہ صرف دو دوائیوں کا موازنہ ہے آپ نسخہ لے کر بازار چلے جائیں اور تصدیق کرلیں۔ مجبوراً ایسا کرنا پڑا۔ امید ہے اپنا تعاون جاری رکھیں گے۔ موجودہ قیمت 150 روپے ہے۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوجائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 0322-4688313-042-37552384 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر پہنچ بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

خط وکتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" "مرکز روحانیت وامن" 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے 042-37597605

Website:www.ubqari.org E-mail:contact@ubqari.org 0322-4688313 042-37552384

محمد طارق محمود نے ... سے چھپوا کر ... مزنگ لاہور سے شائع کیا۔

بے پناہ ثواب والے اعمال

حضرت ام ھانی رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ایک دن رسول اللہ ﷺ میرے یہاں تشریف لائے۔ میں نے عرض کیا: یارسول اللہ! میں بوڑھی اور کمزور ہوگئی ہوں، کوئی عمل ایسا بتا دیجئے کہ بیٹھے بیٹھے کرتی رہا کروں۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا **سُبْحَانَ اللّٰہِ** سومرتبہ پڑھا کرو، اس کا ثواب ایسا ہے گویا تم اولاد اسماعیل میں سے سو غلام آزاد کرو۔ **اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ** سومرتبہ پڑھا کرو، اس کا ثواب ایسے سو گھوڑوں کے برابر ہے جن پر زین کسی ہوئی ہو اور لگام لگی ہوئی ہو انہیں اللہ تعالیٰ کے راستے میں سواری کیلئے دے دو۔ **اَللّٰہُ اَکْبَرُ** سومرتبہ پڑھا کرو، اس کا ثواب ایسے سو اونٹوں کو ذبح کیے جانے کے برابر ہے جن کی گردنوں میں قربانی کا پٹہ پڑا ہوا ہو اور ان کی قربانی اللہ تعالیٰ کے یہاں قبول ہو۔ **لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ** سومرتبہ پڑھا کرو اس کا ثواب تو آسمان اور زمین کے درمیان کو بھر دیتا ہے اور اس دن تمہارے عمل سے بڑھ کر کسی کا کوئی عمل نہیں ہوگا جو اللہ تعالیٰ کے یہاں قبول ہو البتہ اس شخص کا عمل بڑھ سکتا ہے جس نے تمہارے جیسا عمل کیا ہو۔ **(ابن ماجہ، مسند احمد، طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما روایت کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو ارشاد فرماتے ہوئے سنا جو شخص **سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ** پڑھے، ہر حرف کے بدلے اس کے نامہ اعمال میں دس نیکیاں لکھ دی جائیں گی۔ **(طبرانی، مجمع الزوائد)**

حال دل

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا — ایڈیٹر کے قلم سے

گولڈن ہینڈ شیک، گریجویٹی اور ملازمت کے بعد ملنے والی رقم اکثر ضائع ہو جاتی ہے آخر کیوں؟ چونکہ سارا دن میرے پاس دکھی آتے ہیں، ویسے بھی سکھی وقت ضائع کرنے ہی آئیگا، اس کا کیا کام، جتنے بھی دکھی آتے ہیں ان میں ملازم پیشہ لوگ جو ساری زندگی کی پونجی یا تو کسی کاروبار میں لگاتے ہیں یا پھر کسی کے ساتھ شراکت کرتے ہیں۔ مال ضائع اور لوٹ لیا جاتا ہے یا پھر دھوکہ ہو جاتا ہے بیٹے کو بیرون ملک بھیجنے کیلئے کسی کو رقم دی وہ مکر گیا یا لے کر بھاگ گیا۔ (بہت کم کہ جو فائدہ لیتے ہیں۔)

مکان بنوانے کا ارادہ کیا، تعمیر بہت کم مکمل ہوتی ہے اور رقم ختم ہو جاتی ہے۔ بیٹی کی شادی کی اور ساری رقم ختم ہوگئی پھر مہینے کے بعد پنشن کا انتظار ہوتا ہے یوں بھی ہوتا ہے کہ رقم بینک میں رکھوا دی اور ماہانہ سود لے کر کھانا شروع کر دیا۔ بہت کم لوگ ایسے ملے کہ جنہیں یہ رقم نفع دے گئی ہو۔

سالہا سال سے یہ کیس آتے رہتے ہیں لوگوں کو بہت پریشان حال دیکھا۔ پچھلے دنوں ایک صاحب کہنے لگے جو کچھ ملا، ایک گاڑی خریدی سوچا تھا کرایہ پر چلتی رہے گی، گاڑی چوری ہوگئی، پھر اور رقم اکٹھی کی لیکن بیٹے پر قتل کا مقدمہ بن گیا اور ساری رقم لگ گئی حتیٰ کہ مزید رقم ادھار لی لیکن سب کچھ برباد ہو گیا۔ یہ ایک واقعہ نہیں ایسے بے شمار واقعات خود میرے مشاہدے، سننے اور دیکھنے میں آتے ہیں۔

بار بار سوچتا رہا اور اسباب پر غور کیا جتنے واقعات آئے اتنے ہی اسباب مشاہدے میں ملے۔ کئی ارباب فکر ونظر اور اصحاب دانش کے بھی تجربات ومشاہدات کے بعد جن نتائج پر پہنچا ہوں وہ لکھ رہا ہوں اگر آپ کے مشاہدے تجربے میں کوئی اور چیز آئی ہو تو ضرور لکھیں جو اسباب نظر آتے ہیں وہ تحریر ہیں۔

ایک شخص نہایت غصے میں جا رہے تھے کسی درویش نے پوچھا خیریت ہے کہاں جا رہے ہو؟ کہنے لگے اپنے مالک سے دوٹوک بات کروں گا یا ملازمت سے استعفیٰ یا پھر تنخواہ بڑھائیں کیونکہ میرا گزارہ نہیں ہوتا درویش نے فرمایا میرا مشورہ مانو تو چند ماہ کی تنخواہ نہ لو، وہ حیران ہوا، فرمایا دراصل جتنے کام اور ذمہ داریوں کی تنخواہ لیتے ہیں وہ پوری نہیں کرتے، خیانت کرتے ہیں برکت ہوتی نہیں، پھر شکوہ کرتے ہیں۔ ان کو بات سمجھ آگئی انہوں نے ایسا ہی کیا اور چند ماہ کی تنخواہ نہ لی اور قدرت نے برکتوں کے خزانے انہیں اور ان کی نسلوں کو عطا کر دیئے۔ کچھ یہی حال ملازم پیشہ حضرات کا ہوتا ہے سب انگلیاں برابر نہیں لیکن اکثر ایسا کرتے ہیں اور پھر ساری زندگی کا وہ صلہ جو مال کے انداز میں ملتا ہے وہ لٹ جاتا ہے یہ مال سود در سود حکومت کے خزانے سے آتا ہے اور اس تنخواہ میں سے کٹتا جاتا ہے حتیٰ کہ بڑھتے بڑھتے وہی ملتا ہے پھر اس میں برکت کہاں سے تلاش کریں۔ یہ دو بڑے سبب ہیں جو مال کو ضائع کرنے اور مال کی برکت کو ختم کرنے میں بہت زیادہ پیش پیش ہیں۔ پھر مفلسی مقدر بن جاتی ہے۔ آپ کا کیا خیال ہے؟ ضرور لکھیں۔

درسِ روحانیت و امن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ایمان بنانا مقصد

میں چھوٹا ہوتا تھا تو دیکھتا تھا کہ ایک آدمی ریکٹ (چھکا) ہاتھ میں لئے سفید پینٹ' سفید جوگر پہنے ہوئے بہترین شرٹ پہنی ہوئی اور ہاتھ میں ریکٹ لہراتے ہوئے جاتا تھا۔ اس شخص نے جان بنانے کے لئے جتنی محنت کی ہے مجھے یاد نہیں کہ کسی نے کی ہو۔ اس نے اپنے جسم پر کبھی خراش نہیں آنے دی تھی۔ ایک میجر صاحب کہنے لگے میں اپنے سارے گھر کی سبزی پانچ یا تین روپے کی لینے گیا اور وہ ریکٹ والا 16 روپے کا ایک سیب لے رہا تھا۔

کہنے لگے میں حیران ہوا کہ میں تو سارے گھر کی سبزی آٹھ دس بندوں کی دو تین روپے کی لے کر جا رہا ہوں اور یہ اتنے روپے کا سیب لے رہا ہے (کیونکہ ساری پیٹیوں میں سے سب سے اچھا تلاش کرتا تھا) اگر یہ جان بنانا اعمال اور عبادت کیلئے ہو تو اس میں کوئی حرج بھی نہیں ہے بلکہ ایک بزرگ تو یہاں تک فرماتے ہیں یاد رکھنا زندگی اللہ کی امانت ہے' جان اللہ کی امانت ہے اگر اس کی حفاظت نہ کی تو قیامت کے دن اس کی پوچھ ہوگی۔ اس لیے اس کی حفاظت کریں کہ اللہ جل شانہٗ کے ہاں تندرست آدمی زیادہ پسندیدہ ہے اس لئے کہ وہ ہشاش بشاش ہو کر اللہ کی بندگی اور عبادت کرے گا اگر یہ نیت ہے اور اس نیت کے لئے ہلکی پھلکی کوشش بھی ہو رہی ہے لیکن ایک ہے اس کو ایک مقصد ہی بنا لینا۔ ایک بندہ ٹرین میں بیٹھا ہوا تھا پیاس لگی اور اسٹیشن پر پانی بھرنے کے لئے گیا تو گاڑی چل پڑی اب سفر مقصد اور پانی ضرورت ہے اب اس نے کیا کیا مقصد کو قربان نہیں کیا بلکہ ضرورت کو قربان کر دیا۔

اب جب ضرورت کو قربان کیا تو مقصد فوت نہیں ہوا۔ یاد رکھیے گا! جب زیادہ سفر ہو' لمبی منزل ہو تو بعض بہت سی ضروریات قربان ہو جاتی ہیں۔ ایک اور چھوٹی سی بات کہہ رہا ہوں اس کو بھی یاد رکھیے گا جب پیسے تھوڑے ہوں تو پھر اشد ضرورت کی چیزیں لی جاتی ہیں باقی چھوڑ دی جاتی ہیں اور جب زندگی تھوڑی ہو تو پھر اشد ضروریات کی چیزیں لی جاتی ہیں باقی چھوڑ دی جاتی ہیں۔

نامکمل خواہشات پر جو ملے گا

اس لئے کہتے ہیں کہ تمناؤں کو دل میں لئے' حسرتوں کو لیے جب بندہ رب کے پاس جائے گا پھر اللہ اس کو جب ان تمناؤں اور حسرتوں کو چھوڑنے پہ جو عطا فرمائیں گے' یہ خواہش کرے گا (حدیث کا مفہوم عرض کر رہا ہوں) اے کاش! دنیا میں کوئی میری دعا قبول ہی نہ ہوئی ہوتی اور میں سکھ کا کوئی سانس ہی نہ لیتا کہ آج ان دکھی سانسوں پہ مجھے جو مل رہا ہے اور ان پریشانیوں پہ مجھے جو عطا ہو رہا ہے۔

ایک اور حدیث کا مفہوم ہے سرور کونین ﷺ نے فرمایا کہ بندہ خواہش کرے گا کہ اے کاش! کہ میرا جسم قینچیوں سے کاٹا جاتا اور میں اس پہ صبر کرتا اور آج اس صبر پہ اللہ جل شانہٗ نے اتنا عطا کیا ہے۔ جان بنانے کی محنت ہو رہی ایمان بنانے کی محنت نہیں ہو رہی۔ مجھے ایک صاحب کہنے لگے کہ میں پیراکی کے لئے جاتا ہوں۔ اس کلب کا 70 ہزار روپے سالانہ ہے اور پھر وہاں گرم پانی میں ہم بیٹھتے ہیں۔ میری فٹنس بنتی ہے اور بڑے بڑے لوگ وہاں آتے ہیں۔ میں سوچنے لگا جان خرچ کی جاتی ہے' مال خرچ کیا جاتا ہے' وقت خرچ کیا جاتا ہے' صحت بنانے کے لئے تو ایمان بنانے کے لئے کتنا وقت ہونا چاہئے؟

ایمان بنانے کے لئے کتنا خرچ ہونا چاہئے؟ اور پھر عجیب دھوکے کی بات بتاؤں یہ جان ہے ہی عجیب بے وفا اور جو وفا والا ہے وہ ایمان ہے۔ کھوٹی جان ہے' بے وفا جان ہے' گل جائے گی' ختم ہو جائے گی لیکن یاد رکھنا جسم کو موت ہے' روح کو موت نہیں۔ جسم کو زوال اور روح لازوال ہے۔ اس لئے کہ اللہ جل شانہٗ کی ذات لازوال ہے...... جسم کو اس لئے زوال ہے کہ یہ جسم مٹی سے بنا ہے اور روح اللہ جل شانہٗ کے امر سے بنی ہے۔ جان بنانے کی کتنی محنت ہو رہی' کتنی کوشش ہو رہی' اس کو گرمی' سردی' بارش' دھوپ اور طوفان سے' سردیوں میں گرم پانی سے' گرمیوں میں ٹھنڈے پانی سے' اس کو بڑی احتیاط سے بچاتے ہیں۔ ایمان کا کیا بنے گا؟ دیکھو بھائی! جان بنانے کے لئے وقت دیا جاتا ہے اور یاد رکھنا ایمان بنانے کے لئے بھی وقت دیا جائے گا۔ جان کے لئے جب بدپرہیزی ہوگی تو طبیعت خراب ہوگی اسی طرح جب گناہوں کی بدپرہیزی کرے گا تو ایمان خراب ہوگا یہ معاملہ بالکل برابر ہے۔ یاد رکھنا! آدمی کے دن رات جہاں لگیں گے وہ چیز بنے گی۔

کام کبھی ختم نہیں ہوتے

کتنے عجیب لوگ ہیں کہ ساری زندگی دنیا پہ محنت کرتے کرتے آخر کار ایک وقت آیا دنیا شاید مل گئی اور دنیا شاید حاصل ہو جائے لیکن ایمان نہ ملا اور اسی غفلت میں چلے گئے اور حسرت دنیا ساتھ لے کر اس دنیا سے رخصت ہو گئے۔ قبر والوں سے جا کر پوچھو تو قبر والے کہیں گے ہم وہ حسرت بھرے لوگ ہیں جن کے دنیا کے کام پورے نہیں ہوئے تھے حتیٰ کہ ہمیں قبروں میں پہنچا دیا گیا کوئی ایک قبر والا نہیں کہے گا کہ میری دنیا کا کام پورا ہوا ہے ایمان بنانے کی محنت کریں اور دیکھو ایمان بنتا ہے' ایمان بڑھتا ہے' ایمان گھٹتا ہے۔ ایمان دولت کی طرح ہے دولت کے ڈاکو چور اور ایمان کا ڈاکو نفس اور شیطان ہیں۔ ایک صاحب میرے پاس آئے اور کہنے لگے جی آپ نے مجھے جو عمل بتایا تھا اس سے شیطانی گڑبڑ کچھ زیادہ ہو گئی ہے۔ میں نے کہا ظاہر ہے آپ کسی کو چھیڑیں گے تو وہ پریشان تو ہوں گے کوئی جنوں کی گڑبڑ تھی لیکن آپ نے اگر اس عمل پہ استقامت کی تو انشاء اللہ اللہ پاک نجات عطا فرمائیں گے۔ پھر میں نے ایک اور بات عرض کی جس عمل سے آپ کو نفع ہوگا اس عمل اور عامل کے بارے میں یہ شیاطین مایوسی ڈالیں گے اور بدگمانی ڈالیں گے تاکہ یہ عمل کو بھی چھوڑ دے جس کے ذریعے سے یہ عمل ہو رہا اس کو بھی چھوڑ دے۔ یہ شیاطین کا ایک خاص گُر ہے۔ **(جاری ہے)**

درس ہدایت سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عرصہ دو سال سے جمعرات کے درس میں شرکت کر رہا ہوں۔ الحمدللہ اس درس کی برکت سے میرے دن رات بدل گئے ہیں۔ پہلے ہر وقت دنیا کی فکر رہتی تھی لیکن اب ہر پل آخرت بنانے کی فکر سوار رہتی ہے۔ جب دنیا کا غم ہوتا تھا تو ہر وقت پریشانی اور کڑھن رہتی تھی اور ہر وقت پیسہ کمانے میں سرگرداں رہتا تھا۔ ایک بار درس میں آپ نے بتایا کہ **(باقی صفحہ نمبر 26)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ام سلیم' کوٹ ادو

ولایت صرف مردوں کی میراث نہیں

ایک دفعہ حضرت بشر حافی بیمار ہوئے تو حضرت آمنہ ان کی عیادت کیلئے تشریف لے گئیں۔ اتفاق سے امام احمد حنبل رحمۃ اللہ علیہ بھی وہاں تشریف لے آئے۔ انہوں نے حضرت بشر سے پوچھا' یہ کون خاتون ہیں؟ انہوں نے جواب دیا یہ آمنہ رملیہ رحمۃ اللہ علیہا ہیں' میری عیادت کو آئی ہیں۔

حضرت آمنہ رملیہ رحمۃ اللہ علیہا کا شمار دوسری' تیسری صدی ہجری کی جلیل القدر عالمات و عارفات میں ہوتا ہے۔ تقریباً ۱۶۳ھ میں بغداد کے ایک نواحی شہر رملہ میں پیدا ہوئیں بچپن ہی سے بہت ذہین اور علم حاصل کرنے کی شائق تھیں' لیکن والدین بہت غریب تھے وہ ان کی تعلیم کا کوئی خاص اہتمام نہ کرسکے البتہ گھر پر جو معمولی تعلیم دے سکتے تھے' دے دی جب ذرا بڑی ہوئیں تو اپنی والدہ کے ساتھ حج کیلئے مکہ معظمہ گئیں اس زمانے میں ایک بزرگ عالم دین مسجد حرام میں درس دیا کرتے تھے حضرت آمنہ ان کے حلقہ درس میں داخل ہوگئیں اور ایک عرصہ تک ان سے قرآن و حدیث کا علم حاصل کرتی رہیں جب وہ وفات پاگئے تو حضرت آمنہ مدینہ منورہ چلی گئیں جہاں امام مالک نے مسند درس بچھا رکھی تھی حضرت آمنہ مدت تک ان سے علم حدیث حاصل کرتی رہیں اور بہت سی احادیث زبانی یاد کرلیں۔

حافظ ابن عبدالبر رحمۃ اللہ علیہ کے اندازے کے مطابق ان سے مروی احادیث کی تعداد سو کے لگ بھگ ہے۔

اس کے بعد وہ دوبارہ مکہ معظمہ گئیں اور امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ سے علم فقہ کی تحصیل کی۔ اس وقت ان کی عمر تقریباً 36 سال کی ہوچکی تھی۔ امام شافعی مصر تشریف لے گئے تو وہ کوفہ پہنچ گئیں جہاں بہت سے علماء و فضلا موجود تھے۔ حضرت آمنہ نے بڑے ذوق وشوق سے ان سے بھی کسب فیض کیا اور تمام علوم دینی میں یکتائے روزگار ہوگئیں جب کوفہ سے وطن واپس گئیں تو ان کے علم و فضل کا چرچا دور دور تک پھیل چکا تھا۔ انہوں نے مخلوق خدا کو فیض پہنچانے کی خاطر اپنا حلقہ درس قائم کیا تو لوگ تحصیل علم کیلئے جوق در جوق ان کی خدمت میں حاضر ہونے لگے بڑے بڑے علماء بھی سماعت حدیث کیلئے ان کے درس میں شریک ہوتے تھے۔ ۲۰۹ھ میں انہیں بغداد جانے کا اتفاق ہوا۔ وہاں ایک درویش کامل کی توجہ سے ان کی زندگی میں انقلاب برپا ہوگیا۔ اپنا تمام مال و اسباب راہ خدا میں دے دیا اور درویشانہ زندگی اختیار کرلی اب ہر وقت عبادت الٰہی اور گریہ وزاری میں مشغول رہتی تھیں اسی حالت میں سات حج پیادہ پا کیے ان کے زہد و تقویٰ اور عبادت و ریاضت کی بناء پر لوگ ان کو خاصان خدا میں شمار کرتے تھے اور ان کا حد سے زیادہ احترام کرتے تھے۔

ان کی جلالت قدر کا اندازہ اس بات سے کیا جاسکتا ہے کہ اس دور کے ایک عظیم المرتبت ولی اللہ حضرت بشر حافی بھی کبھی ان کی خدمت میں حاضر ہوا کرتے تھے۔ اسی طرح امام حضرت امام احمد بن حنبل رحمۃ اللہ علیہ بھی ان کی عظمت و جلالت کے معترف تھے۔

ایک دفعہ حضرت بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ بیمار ہوئے تو حضرت آمنہ رحمۃ اللہ علیہا ان کی عیادت کیلئے تشریف لے گئیں۔ اتفاق سے امام احمد حنبل رحمۃ اللہ علیہ بھی وہاں تشریف لے آئے۔ انہوں نے حضرت بشر سے پوچھا' یہ کون خاتون ہیں؟ انہوں نے جواب دیا یہ آمنہ رملیہ رحمۃ اللہ علیہا ہیں' میری عیادت کو آئی ہیں۔

امام صاحب نے ان کی شہرت سن رکھی تھی اب انہیں قریب پاکر بہت خوش ہوئے اور حضرت بشر سے فرمایا۔

''ان سے کہیے کہ میرے لیے دعا کریں۔''

حضرت بشر حافی نے حضرت آمنہ سے عرض کیا۔

''یہ احمد بن حنبل ہیں' آپ سے دعا کے خواستگار ہیں''

حضرت آمنہ نے ہاتھ اٹھا کر نہایت خشوع و خضوع سے دعا مانگی۔

''اے اللہ! احمد بن حنبل اور بشر دونوں جہنم کی آگ سے پناہ مانگتے ہیں تو سب سے بڑا رحم کرنے والا ہے' ان کو اس آگ سے محفوظ رکھ۔''

(بعض تذکرہ نگاروں نے اس واقعہ کو حضرت آمنہ رملیہ رحمۃ اللہ کی کرامت کے طور پر بیان کیا ہے۔ انہوں نے حضرت امام احمد بن حنبل سے یہ بیان منسوب کیا ہے کہ اسی رات کو آسمان سے ایک پرچہ میری گود میں آکر گرا میں نے اسے کھول کر دیکھا تو بسم اللہ الرحمٰن الرحیم کے بعد لکھا ہوا تھا کہ ہم نے کردیا اور ہم زیادہ بھی کرسکتے ہیں۔ (یا یہ کہ ہمارے پاس مزید نعمتیں بھی ہیں)

ایک دفعہ کسی رئیس نے دس ہزار اشرفیاں ان کی نذر کرنا چاہیں۔ انہوں نے لینے سے انکار کردیا جب اس نے بہت اصرار کیا تو رکھ لیں لیکن ان کو ہاتھ نہ لگایا اور شہر میں منادی کرادی کہ جس کو روپیہ کی ضرورت ہو وہ آکر مجھ سے لے جائیں۔ چنانچہ حاجت مند لوگ آتے تھے اور بقدر ضرورت ان سے رقم لے جاتے تھے۔ شام ہوتے ہوتے انہوں نے تمام اشرفیاں تقسیم کردیں حالانکہ اس دن ان کے گھر میں کھانے کیلئے کوئی چیز نہ تھی۔

حضرت بشر حافی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ آمنہ رحمۃ اللہ علیہ کا معمول تھا کہ نصف شب کو بیدار ہوجاتیں اور صبح تک نہایت خشوع و خضوع سے عبادت الٰہی میں مشغول رہتیں۔

ایک دفعہ میں نے انہیں یہ دعا مانگتے سنا۔

''اے خالق ارض و سماء تیری نعمتیں بے حد و حساب ہیں لیکن کس قدر ظالم ہیں وہ لوگ جو ان کی قدر نہیں کرتے' تو ارحم الرحمین ہے مگر دنیا تجھ کو بھولی ہوئی ہے۔

اے میرے پیارے آقا میری عزت تیرے ہی ہاتھ ہے قیامت کے دن سب کے سامنے مجھے رسوا نہ کرنا اگر ایسا کیا تو لوگ یہی کہیں گے کہ اللہ نے اپنی بندی کو رسوا کیا جو اس سے محبت کرتی تھی۔ اے میرے پیارے آقا! تجھ کو یہ بات یقیناً گوارا نہ ہوگی اگر تو نے اس کو گوارا کیا تو میں ہرگز ہرگز اسے گوارا نہ کروں گی کہ لوگ تجھے الزام دیں۔''

ان کا دستور تھا کہ کسی کے ہاں کھانا نہ کھاتیں کہ مبادا اس میں مال حرام یا کسی مشکوک چیز کا کوئی جز شامل ہو البتہ کسی کے بارے میں یقین ہوتا کہ وہ متقی اور پرہیزگار ہے تو اس کے ہاں کا کھانا کھا لیتیں۔

حضرت آمنہ رملیہ رحمۃ اللہ علیہا کی عائلی زندگی کے بارے میں کسی نے کچھ نہیں لکھا اور نہ یہ وضاحت کی ہے کہ وہ دور دراز شہروں میں جاکر سالہا سال تک تحصیل علم کیسے کرتی رہیں اور اس دوران میں ان کا سرپرست اور نگران کون تھا۔ ان کا سال وفات بھی کسی کتاب میں درج نہیں ہے۔ انہوں نے تیسری صدی ہجری میں کسی وقت وفات پائی۔

کھانسی کا فوری خاتمہ

ادرک کا عرق نکال لیں اور اسے شہد میں ملا کر بچے کو دیں کھانسی کا خاتمہ ہوجائے گا۔ ☆ آٹے کا چھان پانچ تولے لیں اسے پانی میں ڈال کر خوب ابالیں اور حسب منشاء اس میں نمک یا میٹھا شامل کرکے اس پانی کو پئیں' کھانسی ختم ہوجائے گی سرد پانی ہرگز استعمال نہ کریں۔ ☆ ابلے ہوئے انڈے کی زردی لیں اور اسے شہد میں ملا کر کھائیں اس عمل سے سخت سے سخت کھانسی کو بھی شفاء نصیب ہوتی ہے۔ **(حکیم مرزا منور بیگ)**

ڈاکٹر ناصر سلمان

بچوں کی تربیت مشکل نہیں، آئیں سیکھیں

بہت کم والدین کو اپنی اس مقدس امانت کا احساس ہے۔ کچھ زیادہ عرصہ نہیں گزرا جب بچوں کو بھیڑ بکریوں کی طرح سمجھا جاتا تھا اور ان سے جانوروں کا سا سلوک کیا جاتا تھا۔ بچوں کی نگہداشت کچھ اس طرح سے کی جاتی تھی گویا ان کی کوئی علیحدہ ہستی ہی نہیں۔

ایک بچے نے کہا، ''میں اتنا خوش ہوں کہ میری خوشی کی کوئی انتہا نہیں اور میری خوشی اس وقت تک میرا ساتھ دے گی جب تک میں جوان نہیں ہو جاتا''۔ جو لوگ خوش رہتے ہیں، برکت بھی انہیں پر نثار ہوتی ہے۔ اگر تمام والدین یہ نکتہ بخوبی سمجھ لیں کہ بچے خوشی اور مسرت کے خزانے لے کر پیدا ہوتے ہیں تو نہ صرف ہر مقام پر بچوں سے بیش از بیش محبت کی جانے لگے بلکہ عام انسانوں کی خوشیوں میں بھی اضافہ ہو جائے۔

کس قدر افسوس کا مقام ہے کہ بہت کم والدین کو اپنی اس مقدس امانت کا احساس ہے۔ کچھ زیادہ عرصہ نہیں گزرا جب بچوں کو بھیڑ بکریوں کی طرح سمجھا جاتا تھا اور ان سے جانوروں کا سا سلوک کیا جاتا تھا۔ بچوں کی نگہداشت کچھ اس طرح سے کی جاتی تھی گویا ان کی کوئی علیحدہ ہستی ہی نہیں۔ ان کے حقوق تو تسلیم کیے جاتے مگر عملاً انہیں نہایت بے رحمی سے مارا پیٹا جاتا تھا۔

اگر بچوں کی تعلیم و تربیت مناسب اور درست پیمانے پر کی جائے تو وہ بھاری رقمیں جو مجرمین کے مقدموں اور جیل خانوں پر خرچ ہوتی ہیں، بچ جائیں۔ اس کے علاوہ بیکاروں کو باکار بنا کر بہت سے مصارف کو آمدنی میں منتقل کیا جا سکتا ہے، کیوں کہ مفید اور باشعور شہری قوم کے لیے بے انتہا دولت و ثروت کا ذریعہ ہیں۔ اس کے برعکس بے کار لوگ قوم کی پشت پر ایک بے مصرف بوجھ ہوتے ہیں۔ اگر ابتدا سے ہی بچوں کی تعلیم و تربیت کی طرف توجہ دی جائے تو ایسے بے مصرف لوگوں کا تناسب کم کیا جا سکتا ہے۔

اکثر گھرانوں میں بچوں کے ساتھ بہت سنجیدگی برتی جاتی ہے۔ بچوں کو اپنی مرضی اور دل جمعی سے کھیلنے کا موقع نہیں دیا جاتا۔ اگر ان کی اس فطری خواہش کو دبانے کی کوشش کی جائے تو اس کے نتائج نہایت خطرناک ہوتے ہیں۔ جن بچوں کو کھیل کود میں دلی خیالات کے اظہار کا موقع دیا جاتا ہے وہ نہ صرف اچھے انسان بنتے ہیں بلکہ بہتر کاروباری اور مفید شہری بھی۔ وہ اپنی زندگی میں زیادہ کامیاب ہوتے ہیں اور ان کا اپنے ماحول پر خاصا اثر و رسوخ ہوتا ہے۔ خوشی اور تفریح سے انسان پھلتا پھولتا ہے اور اس کی اندرونی قابلیتوں اور قوتوں کو اظہار کا موقع ملتا ہے۔

اس کے برعکس غمگین اور اداس گھریلو فضا، تندخو اور بے رحم والدین اور غلط قسم کی تعلیم و تربیت دنیا کی مصیبتوں، دکھوں، غموں، پریشانیوں، جرائم اور غربت کے ناگفتہ بہ حالات کے بڑی حد تک ذمے دار ہوتے ہیں۔

اس زمانے میں کئی ایسے غریب بدنصیب ہیں جو اپنی ناکامیوں اور مایوسیوں کی وجہ بچپن کی حوصلہ شکنی کو قرار دے سکتے ہیں۔ اگر بچے کو ہر وقت جھڑکیاں دی جائیں اور اسے بات بات پر ٹوکا جائے تو اس کے والدین کبھی اسے لائق و فائق نہیں بنا سکتے۔ جن بچوں کو ہر وقت کوسا جاتا ہے، بات بات پر جھڑکیاں دی جاتی ہیں، چن چن کر عیب نکالے جاتے ہیں ان کا دل ٹوٹ جاتا ہے اور وہ سب کچھ کھو بیٹھتے ہیں حتیٰ کہ وہ اپنی خودداری اور خوداعتمادی سے بھی محروم ہو جاتے ہیں۔ بچے کو ہر وقت نکما اور ناکارہ کہنے سے وہ اس قدر بددل ہو جاتا ہے کہ وہ آخر کار ہر شے سے بے پروا ہو جاتا ہے اور مقدور بھر کوشش کرنے سے گریز کرتا ہے۔ اس سے اس کی ہمت اور جرأت کو ایسا دھکا لگتا ہے کہ آئندہ عمر بھر کیلئے اس کی ترقی رک جاتی ہے۔ خراب یا برا کام کرنے پر تو بچے کو جھٹ پٹ الزام دے دیا جاتا ہے، برا بھلا کہا جاتا ہے، مگر جب وہ کوئی اچھا کام کرے تو اس کی تعریف نہیں کی جاتی۔ چونکہ بچے بہت جلد ہمت ہار دیتے ہیں لہٰذا ان کی نشوونما کا انحصار زیادہ تر تعریف اور شاباشی پر ہوتا ہے۔ اگر ان کی حوصلہ افزائی کی جائے تو وہ زیادہ دل لگا کر کام کرتے ہیں۔

والدین کے لیے یہ ضروری ہے کہ وہ اپنی اولاد کو ان کی کمزوریاں اور غلطیاں بتانے کے بجائے یہ کہہ کر ہمت اور جرأت لائیں کہ تمہاری تخلیق ناکامی اور مایوسی کے لیے نہیں بلکہ کامیابی اور مسرت کے لیے ہوئی ہے۔ تم اس لیے پیدا ہوئے ہو کہ تم دنیا میں سرفراز اور بلند ہو، اس لیے نہیں کہ تم دبکے دبکے رہو، ہر وقت معافی طلب کرتے رہو اور اپنے آپ کو نالائق سمجھ کر بیٹھ رہو۔ والدین کو زیادہ توجہ اس پر مبذول رکھنی چاہیے کہ ان کا بچہ کیا کر سکتا ہے؟ اس بات کو ذہن میں تو رکھنا چاہیے کہ بچہ کیا نہیں کر سکتا، لیکن بچے کے سامنے اس بات کو بار بار دہرانا نہیں چاہیے۔

اس سے اس کی ہمت شکنی ہوگی۔ والدین کو بچے کے دل و دماغ میں دہشت کے بجائے ہمت و جرات اور شک کی جگہ خود اعتمادی پیدا کرنی چاہیے۔ اگر وہ اس طریقے پر عمل کریں گے تو تھوڑے ہی دنوں میں انہیں معلوم ہو جائے گا کہ ان کا بچہ کچھ سے کچھ بن گیا ہے۔ اس کے ارادوں اور امنگوں میں انقلاب رونما ہو گیا ہے۔ جب وہ مایوسی اور تھکن کے بجائے امید، آس اور شک کے بدلے خود اعتمادی اور خوف کی جگہ جرات و بے باکی کا بیج بو دیں گے تو وہ ایک بہت بڑی مہم سر کر لیں گے۔

ہر انسان خواہ وہ بوڑھا ہو، جوان ہو یا بچہ، اگر اس سے کام لینا ہے تو آپ کو شیریں کلامی اور خوش خلقی برتنی پڑے گی کیوں کہ انسان کی فطرت دشمنی، حقارت، نکتہ چینی اور ڈانٹ ڈپٹ کے خلاف بغاوت کرتی ہے۔ میٹھی میٹھی باتوں اور زبان کی شیرینی سے بچوں کے اندر ایسی قوتیں پیدا کی جا سکتی ہیں جن پر صحت، کامیابی اور شادمانی کا انحصار ہے۔ ہم میں سے ہر ایک کا اس بات کو جاننا انتہائی ضروری ہے کہ ہمارے ماحول، ہماری ہمت و جرات، استقلال اور امید کا ہماری قوتوں اور قابلیتوں پر کس قدر اثر پڑتا ہے۔ اگر بچپن میں شادمانی، خوش مزاجی اور مسرت کو بڑھایا جائے اور ان پر زور دیا جائے تو ہم اپنے بچوں کی زندگی کا رخ بدل سکتے ہیں۔

بچے کی تعلیم و تربیت میں سب سے اہم چیز اس کے قدرتی، حقیقی اور مسرت آمیز اظہار خیال کی نمو ہے، لیکن بدقسمتی سے بہت کم بچوں کی فطری طریقوں پر تربیت کی جاتی ہے۔ جب بچوں سے ان کی طبیعت اور منشا کے خلاف جبر اور زور سے کام لیا جاتا ہے تو ان کی ذہنی قوتیں سست اور کمزور ہو جاتی ہیں۔ اگر آپ یہ چاہتے ہیں کہ بچہ اپنے مطالعے یا کام میں بہت جلد ترقی کرے تو اس کے دل سے مطالعے یا کام کو مصیبت سمجھنے کا خیال دور کرنے کی کوشش کیجیے۔

ہر دور کے نظام تعلیم کا مقصد یہ ہونا چاہیے کہ تعلیم حاصل کرنا بچے کے لیے مسرت اور خوشی کا ذریعہ ہو۔ ہمارے نظام تعلیم کی سب سے بڑی خرابی یہ ہے کہ اسکولوں میں بچوں کے لیے ایسا ماحول رکھا جاتا ہے کہ وہ تعلیم سے دور بھاگنے لگتے ہیں۔ یہ ایک ناقابل معافی جرم ہے۔ ہمارا مقصد خوشی کو بڑھانا اور زندگی کو خوش گوار بنانا ہے اور اگر ہم اس مقصد پر مضبوطی سے قائم رہیں تو کوئی وجہ نہیں کہ ہم اسے حاصل نہ کر سکیں۔ اس کے حصول کے لیے ہمیں موجودہ نظام تعلیم و تربیت اور بہت سے پرانے تصورات کو بدلنا ہوگا جس پر شاید قدامت پسند لوگ ناک بھوں چڑھائیں، لیکن اگر ہمیں عمدہ اور خوشگوار نتائج حاصل کرنے ہیں تو ایسے لوگوں کی پروا کیے بغیر آگے بڑھنا ہوگا، یہاں تک کہ ہم اپنی منزل پر پہنچ جائیں۔

حسبنا اللہ ونعم الوکیل کا معجزہ

سرور منیر راؤ‘ اسلام آباد

میں ایک ویران گاؤں میں گیا یہاں کے لوگ پانی پینے کیلئے بارش کا پانی تالابوں میں جمع کرلیتے ہیں مجھے اس پانی سے گھن آرہی تھی میں نے ایک کچا کنواں دیکھا اس پر مونج کی رسی پڑی ہوئی تھی لیکن ڈول نہ تھا۔میں نے رسی میں اپنی دستار باندھی اس میں جو کچھ پانی لگ گیا

قارئین کی خدمت میں ایسا واقعہ پیش کررہا ہوں جو اسی اعجاز کا مظہر ہے۔کلام الٰہی کا اعجاز ہمیں زندگی کے اکثر پہلوؤں میں نظر آتا ہے۔قارئین کی خدمت میں ایسا واقعہ پیش کررہا ہوں جو اسی اعجاز کا مظہر ہے۔ یہ واقعہ ممتاز سیاح ابن بطوطہ نے اپنے سفرنامہ ہند میں تحریر کیا ہے۔

میں ایک ویران گاؤں میں گیا یہاں کے لوگ پانی پینے کیلئے بارش کا پانی تالابوں میں جمع کرلیتے ہیں مجھے اس پانی سے گھن آرہی تھی میں نے ایک کچا کنواں دیکھا اس پر مونج کی رسی پڑی ہوئی تھی لیکن ڈول نہ تھا۔ میں نے رسی میں اپنی دستار باندھی اس میں جو کچھ پانی لگ گیا میں وہ چوسنے لگا لیکن پیاس نہ بجھی پھر میں نے اپنا چمڑے کا موزہ رسی سے باندھا لیکن رسی ٹوٹ گئی اور موزہ کنویں میں جا پڑا۔ پھر میں نے دوسرا موزہ باندھا اور پیٹ بھر کر پانی پیا۔ اچانک مجھے ایک شخص نظر آیا۔ میں نے آنکھ اٹھا کر دیکھا تو یہ شخص کالے رنگ کا تھا اور اس کے ہاتھ میں لوٹا اور عصا تھا اور اس کے کندھے پر جھولی تھی۔

اس نے مجھ سے السلام علیکم کہا میں نے وعلیکم السلام ورحمۃ اللہ وبرکاتہ جواب دیا۔ اس نے فارسی میں دریافت کیا ''چہ کسی'' میں نے کہا کہ: میں راستہ بھول گیا ہوں اس نے کہا کہ میں بھی راستہ بھولا ہوا ہوں۔

پھر اس نے اپنا لوٹا رسی سے باندھا اور پانی کھینچا میں نے ارادہ کیا کہ پانی پیوں اس نے کہا صبر کر۔ اس نے اپنی جھولی سے بھنے ہوئے چنے اور چاول نکالے اور کہا کہ: انہیں کھاؤ۔ میں نے وہ کھائے اور پانی پیا۔

اس نے وضو کرکے دو رکعت نماز پڑھی میں نے بھی وضو کیا اور نماز پڑھی۔

اس نے میرا نام پوچھا‘ میں نے کہا:

ابوعبداللہ محمد میرا نام ہے (ابن بطوطہ کا اصل نام یہی ہے)

پھر میں نے اس سے اس کا نام دریافت کیا تو اس نے کہا **قلب فارح** (خوش دل) میں نے سوچا فال تو اچھی ہے۔

اس نے کہا کہ میرے ساتھ چل۔

میں نے کہا اچھا۔ تھوڑی دیر تک میں اس کے ساتھ پیدل چلتا رہا تھکاوٹ کی وجہ سے میرے اعضا نے جواب دے دیا اور میں کھڑا نہ رہ سکا۔

اس نے پوچھا کہ کیا ہوا؟ میں نے کہا کہ میں بہت تھک گیا ہوں‘ اب چلا نہیں جاتا۔

اس نے کہا سبحان اللہ! مجھ پر سوار ہولے۔

میں نے کہا تو ضعیف آدمی ہے‘ مجھے اٹھا نہیں سکے گا۔

اس نے کہا تو سوار ہوجا‘ خدا مجھے طاقت بخشے گا۔ میں اس کے کندھوں پر سوار ہولیا۔ اس نے مجھے کہا کہ تو حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ پڑھتا چلا جا۔

میں نے اس کا ذکر شروع کیا اور مجھے نیند آگئی۔ جب میری آنکھ کھلی تو میں زمین پر لیٹا ہوا تھا۔ بیدار ہوا تو اس آدمی کا پتہ نہ لگا۔ میں نے خود کو ایک آباد گاؤں میں پایا۔

میں حیران تھا کہ سینکڑوں میل کا سفر پلک جھپکنے میں کیسے طے ہوگیا۔ یہ سب کچھ ''حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ'' کا اعجاز تھا۔

یہ گاؤں ہندوؤں کا تھا۔ اس علاقے کا حاکم ایک مسلمان بادشاہ تھا۔ لوگوں نے اسے خبر دی تو وہ میرے پاس آیا وہ مجھے اپنے گھر لے گیا۔ مجھے گرم گرم کھانا کھلایا۔ غسل دلایا۔

اس نے کہا کہ میرے پاس ایک گھوڑا اور ایک عمامہ ہے‘ جو ایک مصری شخص میرے پاس رکھ گیا تھا‘ وہ تم پہن لو۔

جب وہ عمامہ لایا تو یہ وہی کپڑے تھے جو میں نے اس مصری کو دیئے تھے جب وہ مجھے کول (بھارت کا ایک شہر) میں ملا تھا۔

میں نہایت متعجب ہوا اور سوچ رہا تھا کہ وہ شخص جو مجھے اپنے کندھوں پر سوار کرکے لایا‘ کون تھا۔

مجھے یاد آیا کہ سفر پر روانہ ہونے سے پہلے مجھے ایک ولی اللہ ابوعبداللہ مرشدی ملے تھے انہوں نے فرمایا تھا کہ تو ہندوستان جائیگا تو وہاں تجھے میرا بھائی ملے گا اور وہ تجھے ایک سختی سے رہائی دیگا اور قلب فارح کا بھی یہی ترجمہ ہے۔

اب مجھے یقین ہوگیا ہے کہ یہ وہی شخص تھا جس کی خبر مجھے شیخ ابوعبداللہ مرشدی نے دی تھی۔ میں نے افسوس کیا کہ مجھے ان کی صحبت زیادہ دیر تک نصیب نہ ہوئی۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 56

پیغمبرِ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت ابوبکر صدیقؓ نے جب شام کی مہم پر لشکر روانہ کیا تو امیر لشکر کو مخاطب کرکے فرمایا: ''تم ایک ایسی قوم کو پاؤ گے جنہوں نے اپنے آپ کو خدا کی عبادت کیلئے وقف کردیا ہے ان کو چھوڑ دینا‘ میں تم کو دس وصیتیں کرتا ہوں کسی عورت‘ کسی بچے اور بوڑھے کو قتل نہ کرنا‘ پھلدار درخت کو نہ کاٹنا‘ کسی آباد جگہ کو ویران نہ کرنا‘ بکری اور اونٹ کھانے کے سوا بیکار ذبح نہ کرنا۔ نخلستان نہ جلانا‘ مال غنیمت میں غبن نہ کرنا اور بزدل نہ ہوجانا۔

غیر مسلموں کے حقوق کی نگہبانی: ان کے زمانہ میں جو ممالک فتح ہوئے وہاں کی غیر مسلم آبادی کو اپنی پناہ میں لے کر ان کے حقوق کی نگہبانی کا پورا ذمہ لیا‘ ذمیوں کو جو حقوق رسول اللہ ﷺ نے دیئے تھے وہی انہوں نے بھی دیئے جب حیرہ فتح ہوا تو وہاں کے عیسائیوں سے یہ معاہدہ کیا گیا کہ ان کی خانقاہیں اور گرجے منہدم نہ کیے جائیں گے‘ ان کا وہ قصر نہ گرایا جائیگا جس میں وہ ضرورت کے وقت دشمنوں کے مقابلہ میں قلعہ بند ہوتے ہیں ان کو ناقوس اور گھنٹے بجانے کی ممانعت نہ ہوگی‘ تہوار کے موقع پر صلیب نکالنے سے روکے نہ جائیں گے‘ کوئی بوڑھا آدمی جو کام سے معذور ہوجائے یا کوئی سخت مرض میں مبتلا ہو کہ مجبور ہوجائے یا جو پہلے مالدار ہو پھر ایسا غریب ہوجائے کہ خیرات کھانے لگے تو ایسے لوگوں سے جزیہ نہیں لیا جائے گا اور جب تک وہ زندہ رہیں ان کے اہل وعیال کے مصارف مسلمانوں کے بیت المال سے پورے کیے جائیں۔ البتہ وہ کسی دوسرے ملک میں چلے جائیں تو ان کے اہل وعیال کی کفالت مسلمانوں کے ذمہ نہ ہوگی۔ اس معاہدہ میں یہ بھی تھا کہ یہاں کے ذمیوں کو فوجی لباس پہننے کے علاوہ ہر طرح کی پوشاک پہننے کی اجازت ہوگی بشرطیکہ وہ مسلمانوں سے مشابہت پیدا کرنے کی کوشش نہ کریں۔ مشابہت سے احتراز کرنے کی ہدایت اس لیے دی گئی کہ مسلمانوں اور ذمیوں میں فرق باقی رکھ کر ان کی یعنی ذمیوں کی پوری حفاظت کی جائے۔

زاہدہ رحمٰن خان، چنیوٹ

خیالات سے اچھی صحت کا راز

گرمیوں کی دوپہر تھی ناصرہ کی آنکھ یکایک خودبخود کھل گئی اس کے سینے میں شدید درد تھا۔ دل پر چھریاں سی چل رہی تھی۔ اس نے اپنے بچوں کی طرف دیکھا جو ہوم ورک کرنے میں مصروف تھے۔ ماں کی تڑپتی حالت دیکھ کر بچے ہوم ورک چھوڑ کر ماں کی طرف بھاگے

ناصرہ نے دوپہر کو بچوں کو کھانا کھلایا، ابھی وہ خود کھا ہی رہی تھی کہ اس کے شوہر کا فون آگیا کہ میں شام کو آرہا ہوں اور تمہارے لیے ایک خوشخبری بھی لا رہا ہوں۔ ناصرہ نے بے چینی سے پوچھا کہ کیا خوشخبری ہے۔ مگر منیر نے یہ کہہ کر فون بند کر دیا کہ گھر آ کر ہی بتاؤں گا۔

ناصرہ کو مگو کی کیفیت میں تھی کہ بھئی کیا خوشخبری ہوسکتی ہے تھوڑا سا بتا ہی دیتے تو یہ بے چینی ختم ہو جاتی۔ بہر حال ناصرہ یہ سوچتے سوچتے نیند کی وادی میں پہنچ گئی۔ گرمیوں کی دوپہر تھی ناصرہ کی آنکھ یکایک خودبخود کھل گئی اس کے سینے میں شدید درد تھا۔ دل پر چھریاں سی چل رہی تھی۔ اس نے اپنے بچوں کی طرف دیکھا جو ہوم ورک کرنے میں مصروف تھے۔ ماں کی تڑپتی حالت دیکھ کر بچے ہوم ورک چھوڑ کر ماں کی طرف بھاگے۔ ماں نے بمشکل کہا کہ اپنے ماموں اور چچا کو فون کرو ہسپتال جانا ہے۔ بچوں نے جلدی جلدی فون کیے اور آدھے گھنٹے بعد ناصرہ ایمرجنسی میں موجود تھی۔ دل کی دھڑکن بھی تیز تھی۔ البتہ بلڈ پریشر نارمل تھا۔ ڈاکٹروں کی سمجھ میں نہیں آرہا تھا۔ بہر حال ڈاکٹر ناصرہ کے ٹیسٹ وغیرہ لینے لگے۔ سب اس بات پر پریشان تھے کہ کہیں ہارٹ اٹیک تو نہیں ہے۔ فوراً ناصرہ کے شوہر کو فون کر کے دوسرے شہر سے بلوایا گیا۔ جو ایک ضروری کام کی غرض سے گئے ہوئے تھے۔ ہسپتال میں تیسرا دن تھا۔ درد خودبخود ٹھیک ہو گیا تھا۔ دل کی سب کی سب رپورٹیں صحیح تھیں۔ لہٰذا ناصرہ کو ہسپتال سے چھٹی ملی اور وہ شوہر اور بھائیوں کے ساتھ گھر آئی۔ بھائیوں کے جانے کے بعد ناصرہ فوراً بولی۔ اچھا بتایئے کیا خوشخبری تھی؟ میاں صاحب بولے بات تو خوش خبری کی ہے لیکن اب خوشخبری کا رخ بدل گیا ہے، ناصرہ بولی چلیں بتائیں تو سہی، کوئی بھی رخ۔

وہ بولے میں دوسرے شہر اپنے دوست منیر کے پلاٹ بیچنے گیا تھا۔ منیر نے کہا تھا کہ پلاٹ پانچ لاکھ تک کا بکے تو پانچوں پلاٹ بیچ دو اور اپنے شہر میں اچھا سا پلاٹ یا مکان لے لو لیکن جب مجھے پتہ چلا کہ ایک پلاٹ کی قیمت سات لاکھ مل رہی ہے تو میری نیت میں فتور آگیا۔ اس حساب سے مجھے دس لاکھ روپے بچتے تھے جو ہمارے لیے خوشخبری تھی۔ ابھی ایک ہی پلاٹ بکا تھا اور اس کی قیمت ملی تھی کہ تمہاری خبر مل گئی۔ یقین جانو ناصرہ کہ وہ ایک پلاٹ کی خرد برد کی ہوئی رقم دو لاکھ تین دن میں ہسپتال کی نذر ہو گئی۔ افسوس مجھے اس بات کا ہے کہ منیر نے مجھ پر بھروسہ کیا مگر میں نے اسے دھوکہ دینے کی کوشش کی۔ لیکن اب خوشخبری کا رخ بدل چکا ہے میں اس کا ایک روپیہ بھی نہیں رکھوں گا۔ اب میں اللہ پاک کو گواہ بنا کر کہتا ہوں کہ اب میں ایسی ہیرا پھیری کے بارے میں سوچ بھی نہیں سکتا۔ جو بیماری کی صورت یا کسی تکلیف کی صورت میں پیسے نکل جائیں۔ اے اللہ تو نے مجھے دھوکہ دہی سے بچا لیا۔ یا اللہ میری اور میرے گھر والوں کی حفاظت فرما۔

مثبت سوچ......اچھی صحت

جن لوگوں کی سوچ کا انداز منفی ہوتا ہے ان کے بیمار رہنے کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ وجہ یہ بتائی جاتی ہے کہ منفی سوچ ہمارے جسم کے مدافعتی نظام کو کمزور کر دیتی ہے اور پھر وہ مختلف طرح کے تعدیوں کی زد میں رہتا ہے۔ یہ محض ایک مفروضہ ہی نہیں ایک سائنسی حقیقت ہے۔

امریکی سائنس دانوں نے حال ہی میں 52 لوگوں پر اپنے تجربات کیے جن کی عمریں ستاون سے ساٹھ سال تھیں۔ تجربوں کے دوران مختلف ذہنی کیفیتوں میں ان لوگوں کے دماغ کے مختلف حصوں کے عکس لے کر یہ جاننے کی کوشش کی گئی کہ ان کیفیتوں میں مختلف حصوں کی کارکردگی کتنی اور کیسی رہی۔ یہ تجربہ مہینوں جاری رہا۔ اس دوران ان کے جسم میں فلو وائرس ویکسین داخل کر کے یہ بھی دیکھا گیا کہ ان کے جسم میں اس انفیکشن سے مقابلے کیلئے کس قدر ضد اجسام (اینٹی باڈیز) بنے۔

امریکہ کی ویسکونسن یونیورسٹی کے ایک سائنسدان نے جو اس تحقیق کی قیادت کر رہے تھے جمع شدہ اعداد و شمار کی بنیاد پر یہ بات کہی کہ جذبات اور جسمانی صحت کے باہمی تعلق پر پہلے بھی تحقیق ہو چکی ہے اور یہ مانا گیا ہے کہ ہمارے جذبات کا جسمانی صحت سے تعلق ہے لیکن اس سے قبل کسی بھی تحقیق میں دماغی فعل اور جسم کے مدافعتی نظام کے درمیان براہ راست تعلق کی بات وثوق سے نہیں ہوئی۔

انہوں نے کہا کہ ہمارے جذبات جسم کے ان نظاموں کے غلط یا صحیح طریقے سے کام کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں جو ہماری صحت کے ذمے دار ہیں۔ اس سائنس داں کے مطابق اس تحقیق سے ایک ایسے دائرہ عمل کی نشاندہی ہوئی ہے کہ مثبت سوچ اچھی صحت کی ضامن ہے اور منفی سوچ صحت بگاڑنے کی ذمے دار۔

یہ تحقیق نیشنل اکیڈمی آف سائنسز کے رسالے میں شائع ہوئی ہے۔ اس سے کچھ دن پہلے پنسلوینیا کے تحقیق کاروں کا ایک تحقیقی مطالعہ بھی ایک طبی رسالے میں شائع ہوا تھا۔ اس میں تقریباً ساڑھے تین سو صحت مند افراد کو شامل کیا گیا اور تجربوں کے بعد نتیجہ نکالا گیا کہ خوش اور پرسکون افراد کو زکام کم ہوتا ہے اور اگر وہ بیمار بھی ہوتے ہیں تو علامات کی شدت نسبتاً کم ہوتی ہے۔ ان سائنسدانوں نے بھی یہ بات کہی کہ ذہنی کیفیت انسان کے مدافعتی نظام کو اچھے اور برے انداز میں متاثر کرتی ہیں۔ ان سائنسدانوں نے بھی یہی نتیجہ نکالا کہ زندگی میں اگر مثبت انداز فکر اختیار کیا جائے تو لوگوں کو متعدی امراض سے بچاؤ میں مدد ملتی ہے۔

مثبت اور منفی سوچ کے اثرات نہ صرف ہماری صحت پر پڑتے ہیں بلکہ اس کے اثرات ہمارے اردگرد رہنے والوں اور پورے معاشرے پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

سردی میں تندرست و توانا رہیں

چھٹی ہوئی جلد خوبصورت نظر نہیں آتی بلکہ چھٹی ہوئی جلد تکلیف دہ ہوتی ہے۔ آپ اپنے چہرہ کو ان حالات سے بچانے کیلئے چہرہ پر گلیسرین وغیرہ ملیں، خشخاش کا تیل وغیرہ لگا کر بچا سکتے ہیں اور گھر سے باہر نکلنے سے پہلے ان کو لگا لینا چاہیے۔

سردیوں کا موسم دیکھنے میں اور اثرات کے لحاظ سے بالکل مختلف ہے۔ برفانی علاقوں میں بچے شروع میں برف سے لطف اندوز ہوتے ہیں اور اسے گولی بنا کر ایک دوسرے کے اوپر پھینکتے اور کھیلتے ہیں۔ سردیوں میں برفانی ٹھنڈی ہوا کچھ عرصہ کیلئے تو خوشگوار لگتی ہے لیکن یہ ہونٹوں کو پھاڑ دیتی ہے۔ پاؤں میں گیلا پن آ جاتا ہے اور کان اور ناک انتہائی ٹھنڈے ہو جاتے ہیں۔ اگر سردیوں میں سردی سے بچنے کی تدابیر نہ کی جائیں تو یہ موسم جہنم ثابت ہو سکتا ہے۔

برفانی سردیوں میں ہمارا چہرہ سب سے زیادہ متاثر ہوتا ہے جبکہ جسم کے دوسرے اعضاء کپڑوں جوتوں جرابوں وغیرہ میں لپٹے ہوئے ہوتے ہیں جبکہ چہرہ پر کچھ نہیں ہوتا اور یہ وہ حصہ ہے جو بے بس، بے یار و مددگار ایک گھونسلہ ہے جو آپ کے گرم کپڑوں میں لپٹے کندھوں کے اوپر موجود ہوتا ہے۔ چہرہ کو ہوا، سورج اور سردی جلدی متاثر کرتی ہے اور چہرے کی جلد خشک، پھٹی ہوئی یا جلی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ پھٹی ہوئی جلد خوبصورت نظر نہیں آتی بلکہ پھٹی ہوئی جلد تکلیف دہ ہوتی ہے۔ آپ اپنے چہرہ کو ان حالات سے بچانے کیلئے چہرہ پر گلیسرین وغیرہ ملیں، خشخاش کا تیل وغیرہ لگا کر بچا سکتے ہیں اور گھر سے باہر نکلنے سے پہلے ان کو لگا لینا چاہیے۔ یہ چیزیں آپ کی جلد اور ٹھنڈی برفانی ہوا کے درمیان ایک رکاوٹ بن جاتی ہیں۔ اس طرح ہونٹوں وغیرہ پر بھی گلیسرین استعمال کرنی چاہیے جس سے ہونٹ پھٹنے سے اور خشک ہونے سے بچ جاتے ہیں۔ پھٹے ہوئے ہونٹوں پر زبان پھیرنا ان کو زیادہ خراب کر دیتا ہے۔

پھٹی ہوئی جلد سے زیادہ جلی ہوئی جلد تکلیف دہ ہوتی ہے۔ کیونکہ برف کی وجہ سے سورج کی طرف سے آئی ہوئی 80 فیصد یو۔وی شعاعیں منعکس ہو جاتی ہیں اور فضا میں پھیل جاتی ہیں اور زیادہ نقصان دہ ثابت ہوتی ہیں۔ لہٰذا برفانی سردیوں میں دن کے وقت باہر جانے سے پہلے یو۔وی کو جذب کرنے والی چیزیں استعمال کریں۔

سب سے زیادہ آنکھوں پر ان یو۔وی شعاعوں کا بڑا برا اثر ہوتا ہے۔ لہٰذا آنکھوں پر ایسی عینک کا استعمال ضروری ہے جو یو۔وی شعاعوں سے بچا سکے۔ برفانی سردیوں میں سورج کی روشنی میں حرکت بڑی نقصان دہ ہوتی ہے۔ دن کے وقت کام پر جانا اور بعض دفعہ دھوپ میں ہی کام کرنا پڑتا ہے۔ لہٰذا اس حالت میں یو۔وی شعاعوں سے بچنا ضروری ہو جاتا ہے۔ یہ شعاعیں آنکھوں کی پتلی کے شفاف پردہ کو نقصان پہنچاتی ہیں۔

برفانی سردیوں میں آنکھوں کے اس نقصان کو ختم کرنے کیلئے کافی دن لگ جاتے ہیں اور اگر یہ نقصان برابر سردیوں میں پہنچتا رہے تو انسان کی آنکھوں میں موتیا بند آ جاتا ہے۔ لہٰذا ایسی عینک کا استعمال کرنا چاہیے جو یو۔وی شعاعوں سے بچاتی ہو۔

برفانی سردیوں میں آپ کے سر پر پڑیاں پر پالا (Frost) اثر انداز ہو سکتی ہے۔ آپ کے چہرہ ناک اور کان پالے کے کاٹے کا شکار ہو سکتے ہیں۔ پالے کا کاٹا (Frost Bite) سے جلد کا رنگ پیلا پڑ جاتا ہے۔ اس چیز کو ظاہر کرتا ہے کہ خون کی نالیاں سکڑ گئی ہیں وہ زیادہ سے زیادہ حرارت اعضاء رئیسہ کو دے سکیں اور اس کے ساتھ چلنے اور سنسنانے کے احساسات پیدا ہو جاتے ہیں اگر ٹھنڈے پسینے آئیں تو یہ حالت کو اور خراب کر دیتے ہیں۔ اس حالت میں کانوں اور ناک کو لپیٹ کر رکھنا ضروری ہے اگر برفانی سردی سے جلد جل جائے تو اس کو مت ملیں اور نہ ہی اس پر گرم پانی ڈالیں اس سے ٹشو کو نقصان ہوگا یا وہ ختم ہو جائیں گے۔ اس کو گرم کرنے کیلئے ہاتھ کو ایک دوسرے سے اچھی طرح رگڑ کر وہاں پر لگائیں یا پھر استری سے گرم کپڑا آہستہ آہستہ لگائیں۔

برفانی سردیوں میں چہرے پر داغ پڑ جاتے ہیں۔ نیم گرم پانی سے اچھے قسم کے صابن سے چہرے کو دھونا ضروری ہے۔ اس قسم کے داغ ظاہر اس وجہ سے ہوتے ہیں کہ جلد پر تیل پیدا کرنے والے فولی کل بند ہو جاتے ہیں۔ حد سے زیادہ خشکی اور بھی ان دھبوں کو بڑھا دیتی ہے اور خراب کر سکتی ہے اور بعض دفعہ اس کا اثر ہر فرد پر مختلف ہوتا ہے۔

برفانی سردی میں جلد کی خراش، سرخ دھبے بھی بعض لوگوں میں ظاہر ہوتے ہیں۔ ان حالات میں جسم پر گلیسرین عرق گلاب کے لوشن کو استعمال کرنا یا پھر خشخاش کے تیل سے جسم کی جلد کو تر رکھنا ضروری ہے۔ ایسی چیزیں جلد پر یا چہرے پر مت لگائیں جو جلد کو اشتعال دیں۔ سر پر پگڑی یا ٹوپی کا استعمال سر کو گرم رکھے گا۔

پاؤں بھی سردیوں میں کافی متاثر ہوتے ہیں۔ پاؤں کو گرم اور خشک رکھنا ضروری ہے۔ نمی والی جرابیں نہ استعمال کریں گرمیوں اور سردیوں والا جوتا مختلف ہونا چاہیے۔ جرابوں میں اگر نمی آ جائے تو وہ زیادہ رگڑ پیدا کرتی ہیں۔ گرم اور اون والی جرابیں استعمال کرنی چاہئیں۔ کیونکہ روئی کی جرابیں اتنی گرمی نہیں دے سکتیں اگر جوتوں میں نمی آ جائے تو وہ **فنگل** کا مسئلہ پڑ جاتا ہے اور جب جوتے اتارتے ہیں تو کافی بدبو پھیلتی ہے۔ اس حالت میں زنک مرکب پاؤڈر پاؤں کی انگلیوں کو لگانا چاہیے جو بدبو اور **فنگل** کے مسئلہ کو ختم کر دیتا ہے۔ سردیوں میں صاف زیر جامہ اور جرابیں استعمال کریں۔ بعض لوگ ربڑ کے جوتے استعمال کرتے ہیں تاکہ نمی سے بچ سکیں۔

جسم کی حرارت کو قائم رکھنے کیلئے متوازن خوراک کا ہونا ضروری ہے اور گرم لباس انتہائی ضروری ہے جسم میں پیدا شدہ حرارت کا 80 فیصد جسم کو گرم رکھنے میں خرچ ہو جاتا ہے لہٰذا خوراک زیادہ استعمال کریں۔ بعض لوگ اس کا خیال نہیں رکھتے اور نقصان اٹھاتے ہیں۔ فزیکل ورزش آپ کے جسم کو گرم رکھنے میں نمایاں کردار ادا کرتی ہے اور اس سے جسم پر پسینہ بھی آ جاتا ہے۔ ماہرین کی رائے کے مطابق ایک موٹا کپڑا پہننے کی بجائے تھوڑے موٹے زیادہ تعداد میں کپڑے استعمال کرنا بہتر ہوتا ہے۔

سر کے اوپر ٹوپی یا پگڑی کا ہونا ضروری ہے کیونکہ تقریباً 40 فیصد حرارت سر کے ذریعہ سے ضائع ہو جاتی ہے۔

گھر سے نکلنے اور داخل ہونے کا طریقہ

گھر سے باہر بائیں قدم سے نکلیں اور یہ دعا پڑھیں۔ **بِسۡمِ اللّٰہِ تَوَکَّلۡتُ عَلَی اللّٰہِ وَلَا حَوۡلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ** جو اس طریقہ سے گھر سے باہر نکلے گا وہ گھر میں واپس آنے تک تمام آفات اور مصائب سے بچا رہے گا۔ گھر میں داخل ہوتے وقت دائیں قدم سے داخل ہوں۔ گھر میں کوئی موجود ہو یا نہ ہو سلام کریں اور ایک دفعہ درود شریف اور ایک دفعہ سورۃ اخلاص پڑھ لیں جو اس طریقہ سے گھر میں داخل ہوگا اس گھر میں کبھی رزق کی تنگی نہ آئیگی۔ **(ایک بندہ خدا، واہ کینٹ)**

ربیع الاول کی انمول عبادات

جو کوئی اس مہینہ کی پہلی شب اور پہلے دن 2 رکعت نفل نماز رات کے وقت اور دو رکعت نفل نماز دن کے وقت اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد 7 مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس شخص کو 7 سو برس کی عبادت کا اجر عطا فرمائینگے

ربیع الاول قمری اسلامی سال کا تیسرا مہینہ ہے۔ یہ بڑا متبرک اور فضیلت والا مہینہ ہے۔ اس کی وجہ تسمیہ یہ بیان کی گئی ہے کہ جب شروع میں اس مہینے کا نام ربیع رکھا گیا تو اس وقت موسم ربیع تھا۔ یہ مہینہ خیرات و برکات اور سعادتوں کا مہینہ ہے۔ حضور سرور کائنات ﷺ کی ولادت مبارکہ اسی ماہ میں ہوئی تھی۔

بیس رکعات نوافل: جواہر غیبی میں ہے کہ جو کوئی شخص ماہ ربیع الاول میں بارہ روز تک روح مبارک ﷺ پر ہدیہ اس نماز کا بھیجتا رہے کیونکہ صحابہ، تابعین اور تبع تابعین رضوان اللہ علیہم اجمعین بھی ان رکعتوں کا ثواب ہدیہ روح قدس کو بھیجا کرتے تھے۔ **ترکیب نماز:** بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ ان نوافل کی مداومت رکھنے والے کو حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زیارت نصیب ہوتی ہے اور پروردگار عالم جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا فرماتا ہے۔ حضور سرور کائنات ﷺ کی شفاعت نصیب ہوتی ہے۔

پہلی شب: جو کوئی اس مہینہ کی پہلی شب اور پہلے دن 2 رکعت نفل نماز رات کے وقت اور دو رکعت نفل نماز دن کے وقت اس طرح سے ادا کرے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 7 مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس شخص کو 7 سو برس کی عبادت کا اجر عطا فرمائینگے۔

زیارت رسول اللہ ﷺ: جو کوئی ربیع الاول کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد سولہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ جب تمام نوافل ادا کرے تو نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ قبلہ رخ بیٹھے بیٹھے ایک ہزار مرتبہ یہ درود پاک پڑھے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ رَحْمَۃُ اللّٰہِ وَ بَرَکَاتُہٗ

پڑھنے کے بعد باوضو حالت میں ہی پاک صاف بستر پر بغیر کسی سے کوئی کلام کیے سو جائے انشاء اللہ تعالیٰ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی زیارت کا شرف حاصل ہوگا۔

دوسری شب: ربیع الاول کی دوسری شب نماز مغرب کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 3,3 بار سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد 11 بار یہ درود پاک پڑھے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَ عَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ وَّ بَارِکْ وَسَلِّمْ بِرَحْمَتِکَ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ

پھر بارگاہِ الٰہی میں اپنے مقصد و مطلب کے حصول کیلئے دعا مانگے جو بھی جائز دعا مانگے انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

تیسری شب: اس ماہ کی تیسری شب کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھنی چاہیے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی اور تین تین بار سورۂ طٰہٰ و سورۂ یٰسین پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ان نوافل کا ثواب حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کی خدمت اقدس میں تحفۃً و ہدیۃً پیش کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ دینی و دنیاوی حاجات پوری ہوں گی۔

اکیس ربیع الاول: جو کوئی ربیع الاول کی اکیس تاریخ کو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک بار سورہ مزمل پڑھے اور سلام پھیرتے ہی سجدہ ریز ہو جائے اور تین مرتبہ یہ دعا نہایت توجہ و خلوص سے پڑھے:

یَاغَفُوْرُ تَغَفَّرْتَ بِالْغُفْرِ وَ الْغُفْرُ فِیْ غُفْرِکَ یَاغَفُوْرُ

اس کے بعد جو بھی جائز دعا صدق دل سے مانگے۔ انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

ورد درود پاک: ماہ ربیع الاول کا سب سے اعلیٰ وظیفہ یا درود شریف ذیل میں دیا جاتا ہے جو کہ اسی ماہ کے دوران کثرت سے پڑھا جاتا ہے۔ اس کی بہت سی برکات و فیوض ہیں۔ کتاب المشائخ میں لکھا ہے کہ جب ماہ ربیع الاول کا چاند نظر آئے تو اسی رات سے تمام مہینے تک یہ درود شریف ہمیشہ ایک ہزار 25 بار عشاء کی نماز کے بعد پڑھا جائے تو انشاء اللہ تعالیٰ حضور اقدس ﷺ کو خواب میں دیکھے گا۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ مُحَمَّدٍ کَمَا صَلَّیْتَ عَلٰی اِبْرَاھِیْمَ وَعَلٰی اٰلِ اِبْرَاھِیْمَ اِنَّکَ حَمِیْدٌ مَّجِیْدٌ.

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 5 فروری بروز ہفتہ صبح 10 تا 11 بجکر 17 منٹ تک 14 فروری بروز پیر سہ پہر 4 تا 5 بجکر 21 منٹ تک 27 فروری بروز اتوار مغرب سے عشاء تک یَاوَاسِعُ یَافَتَّاحُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**- خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

السلام علیکم حکیم صاحب! عرض ہے کہ عبقری ایک لاجواب اور انتہائی شاندار رسالہ ہے جس کی وجہ سے لوگوں کی زندگیاں بدل رہی ہیں اور وہ جسمانی اور روحانی پریشانیوں سے نجات پا رہے ہیں۔ عبقری ملنے سے پہلے میں دوسرے ڈائجسٹوں کا شوق سے مطالعہ کرتی تھی لیکن جب سے عبقری ملا ہے افسانوی کہانیاں پڑھنے سے جان چھوٹ گئی ہے۔ اب میں ہر ماہ شدت سے عبقری کا انتظار کرتی ہوں یہاں میں آپ کو روحانی محفل سے اپنی پریشانی اور (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

واصف بن عبداللہ کے آزمودہ وظائف

نوجوانوں کو اکثر کثرت احتلام کا مرض لاحق ہو جاتا ہے جس سے کمزوری دن بدن بڑھتی جاتی ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ دونوں اسماء گرامی یَــااَلــلّٰــہُ. یَــاحَفِیْظُ پلیٹ پر باوضو لکھے اور اس کو پانی سے دھو کر وہ پانی روزانہ پئے۔

آدھا سیسی کا درد

بعض مرتبہ آدھا سر کا درد بہت تکلیف دہ ہوتا ہے سورج نکلنے کے بعد جیسے جیسے سورج بلند ہوتا جاتا ہے سر کا درد شدید ہوتا جاتا ہے۔ سورج ڈھلتے ہی سر کا درد کم ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ اس درد کیلئے مندرجہ ذیل کلمات باوضو سات مرتبہ پڑھ کر سر پر دم کرے اور سات ہی مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائے۔ یہ عمل تین دن یا سات دن متواتر کرے۔ انشاء اللہ مریض کو جلد ہی اس مرض سے نجات حاصل ہوگی۔ وہ کلمات یہ ہیں:

یَــامَنْ سَــکَــنَ لَــہٗ مَــا فِی اللَّیْلِ وَالنَّھَــارِ وَ مَــا فِی السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ ط

دفع آسیب اور دیگر امراض کے واسطے

اگر کسی کو شبہ ہو کہ مریض پر دیو، پری، جن، بھوت، چڑیل یا آسیب کا اثر ہے یا جن حاضر ہو کر باتیں کرتا ہو تو اس کیلئے اور اگر کوئی مرض ہے تو اس کو دور کرنے کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ مندرجہ ذیل کلمات اور سورتوں کو باوضو اول بارہ بار درود شریف (جو درود چاہے پڑھے) اس کے بعد سورۂ فاتحہ تین بار بسم اللہ کے ساتھ۔ آیت الکرسی تین بار، سورۂ کافرون تین بار، سورۂ اخلاص تین بار، سورۂ فلق تین بار، سورۂ ناس تین بار، تیسرا کلمہ تین بار، دورد شریف بارہ بار پڑھ کر مریض پر دم کرے اور پانی پر دم کر کے مریض کو پلائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مریض جلد اچھا ہو جائے گا۔ یہ عمل سات دن مسلسل بلا ناغہ کرے۔

روزی میں برکت اور زیادتی کیلئے

نماز عشاء کی سنت نفل پڑھ کر وتر سے پہلے اول درود شریف گیارہ بار پڑھیں پھر چودہ سو بار یَــاوَھَّــابُ پڑھیں۔ آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر دعا کریں۔

اس عمل کی برکت سے قرض سے نجات حاصل ہوگی۔ آمدنی میں اضافہ ہوگا۔ گھر میں خیر و برکت ہوگی۔

دشمنوں کے شر سے حفاظت کیلئے

بعد نماز مغرب سورۂ قریش ایک سو بار پڑھا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ دشمن ناکام ہو جائینگے اور کوئی نقصان نہ پہنچا سکیں گے۔

کثرت احتلام سے نجات کیلئے

نوجوانوں کو اکثر کثرت احتلام کا مرض لاحق ہو جاتا ہے جس سے کمزوری دن بدن بڑھتی جاتی ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ دونوں اسماء گرامی یَــااَلــلّٰــہُ. یَاحَفِیْظُ چینی کی پلیٹ پر باوضو لکھے اور اس کو پانی سے دھو کر وہ پانی روزانہ پئے۔ رات کو سونے سے قبل وضو کرے اور سورۂ اخلاص ایک بار، سورۂ فلق ایک بار اور سورہ ناس ایک بار اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ احتلام میں کمی آجائے گی۔

بچوں کی نظر بد اور ہر قسم کے شر سے حفاظت کیلئے

چھوٹے بچے پھول کی مانند ہوتے ہیں، ناسمجھ ہوتے ہیں۔ اس لیے ان پر نظر بد کا اثر جلد ہو جاتا ہے اور ناسمجھی کی وجہ سے ان کی حفاظت بھی ایک مستقل مسئلہ ہے۔ لہٰذا اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔ اس عمل کی برکت سے بچہ ہر قسم کی نظر بد اور ہر طرح کے شر سے محفوظ رہتا ہے۔ وہ عمل یہ ہے:۔

صبح کو ایک مرتبہ اور شام کو ایک مرتبہ کرنا ہے۔ باوضو اول تین بار درود شریف، تین بار سورۂ فاتحہ، تین بار سورۂ اخلاص، تین بار سورۂ فلق، تین بار سورۂ ناس، آخر میں تین بار درود شریف۔ یہ سب پڑھ کر بچوں پر دم کر دیا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بچے ہر طرح سے محفوظ رہیں گے۔

دودھ کم پینے والے یا کم کھانے والے بچوں کیلئے

جو بچے کھانے سے بھاگتے ہیں اور ان کو بھوک کم لگتی ہو جس کے سبب کمزور و ناتواں رہتے ہیں۔ کم کھانے کے سبب اکثر بچے ضدی اور چڑچڑے مزاج کے ہو جاتے ہیں۔ ان کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اس عمل کی بدولت انشاء اللہ تعالیٰ خوراک پوری استعمال کریں گے اور خوب پیٹ بھر کر کھائیں گے جس کے سبب ان کی صحت بحال ہوگی اور چہرے پر رونق آئے گی اور ضد اور چڑچڑا پن بھی ختم ہو جائے گا۔ وہ عمل یہ ہے:۔

باوضو اول درود شریف تین بار، سورہ فاتحہ تین بار، سورۂ اخلاص تین بار، سورۂ فلق تین بار، سورۂ الناس تین بار درود شریف تین بار پڑھ کر بچے پر دم کریں۔

قوت حافظہ تیز ہونے کیلئے

اگر کسی بچہ کی قوت حافظہ کمزور ہو جائے اور اسے سبق یاد نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے سورۂ الم نشرح باوضو چینی کی پلیٹ (بغیر پھول والی سادہ) پر لکھ کر دھو کر نہار منہ (صبح کو جب بچے نے کچھ کھایا نہ ہو) وہ پانی پلائے۔ یہ عمل اکتالیس دن بلاناغہ کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے بچے کا حافظہ تیز ہوگا اور وہ جو پڑھے گا یاد ہو جائے گا۔

برائے تسخیر مخلوق

اگر کوئی آدمی چاہتا ہے کہ لوگ اس کا کہنا مانیں اس کی اطاعت کریں اور کسی معاملے میں اس کی مخالفت نہ کریں تو اس کی چاہیے کہ بعد نماز عشاء روزانہ ایک سو بار سورۂ کوثر پڑھا کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے لوگ ادب و احترام سے پیش آئیں گے۔ شرط یہ ہے جب اس عمل کے اثرات ظاہر ہونے لگیں تو کسی کو نہ بتائے کہ میں یہ عمل کرتا ہوں ورنہ اس کی برکات ختم ہو جائیں گی۔

دانوں سے بھرے چہرے سے نجات پائیں

یہ نسخہ میرے استاد صاحب کو ان کے والد صاحب کی طرف سے عنایت ہوا تھا۔ میں نے آج تک جس کو بھی دیا اس کو فائدہ ہی ہوا ہے۔ آپ بھی بنائیں اور استعمال کریں۔

نسخہ: 1۔ 50 گرام میٹھا تیل (تلوں کا تیل)، 2۔ شہد کا موم 50 گرام (جب شہد کو نچوڑ لیا جاتا ہے تو باقی اس کا موم رہ جاتا ہے کسی بھی شہد والے سے موم خرید لیں۔) 3۔ خوشبو۔ سب سے پہلے کسی کڑاہی یا فرائی پین میں تیل کو گرم کریں۔ پھر موم کو بھی ڈال کر اتنا گرم کریں کہ دونوں چیزیں مکس ہو جائیں۔ یاد رکھیں کہ ان دونوں چیزوں کو صرف تیز گرم کرنا ہے کہ مکس ہو سکیں۔ مگر اتنا گرم ہرگز مت کریں کہ یہ مکسچر جل جائے یا کالا ہو جائے۔ اب ٹھنڈا ہونے پر خوشبو ملا کر شیشے کی کسی بوتل میں ڈال کر رکھیں۔

طریقہ استعمال: رات کو سونے سے پہلے صابن سے منہ دھو کر اچھی طرح خشک کر کے اس آمیزے کو چہرے اور ہاتھوں وغیرہ پر مل لیں۔ **افادیت:** کیل مہاسے، داغ دھبے، دانوں سے بھرا ہوا چہرہ وغیرہ کیلئے بہت مفید و مؤثر ہے۔ ہر طرح کے دانوں اور دھبوں کو ختم کر دیتا ہے اور ہاتھ اور پاؤں پر لگانے سے مچھر وغیرہ بھی پاس نہیں آتے۔ بہت فائدہ مند چیز ہے۔ تجربہ کریں اور دانوں سے بھرے چہرے سے نجات پائیں۔ **(نادیہ آصف افضل)**

سنگترہ‘ بہترین پھل بہترین فوائد

خدیجہ آفاق‘ لاہور

بیماری کے بعد جسم انسانی کی قوت مدافعت کمزور ہوجاتی ہے جسم نقاہت محسوس کرتا ہے اور روزمرہ زندگی کے معمولات میں صلاحیت عمل میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔ ایسے حالات میں سنگترہ کا استعمال قدرتی ٹانک ہے اور اسے طاقت بخش مشروب کے طور پر پینا چاہیے۔

سنگترہ ہمارے ہاں بکثرت پیدا ہونے والا پھل ہے اس کی غذا بخشی اور دوائی اثرات کو تمام ماہرین طب و سائنس تسلیم کرتے ہیں ایسے لوگ جو دماغی کام کرتے ہیں یعنی لکھنے پڑھنے کی صلاحیتوں کو بروئے کار لاتے ہیں ان میں اہل قلم ادیب صحافی شاعر طبقہ اور اکاؤنٹس کا کام کرنے والے حضرات شامل ہیں‘ کیلئے یہ پھل قدرت کا تحفہ ٹانک ہے اور اسے اگر اس کے موسم میں باقاعدہ استعمال کیا جائے تو دماغی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے جسم میں چستی آتی اور فرحت حاصل ہوتی ہے کوئی مصنوعی ٹانک اس کا مقابلہ نہیں کرسکتا سنگترہ کا رس حلق سے نیچے اترتے ہی دوران خون میں شامل ہوجاتا ہے اور شہد کی طرح اسے بھی ہضم کے مراحل طے کرنے نہیں پڑتے۔

سنگترہ کا استعمال تیزابیت کو ختم کردیتا ہے بلکہ ثقیل دیر ہضم کھانے یا کسی اور وجہ سے قبض کا عارضہ ہوجائے تو سنگترہ کا صبح خالی معدہ ہفتہ دو ہفتہ کا استعمال مفید ہے اور قبض کا عارضہ جاتا رہے گا۔ اکثر لوگوں میں دیکھا گیا ہے کہ صبح اٹھنے پر زبان پر سفید میل کی تہہ جم جاتی ہے۔ طب کے تجربات شاہد ہیں کہ ایسا عموماً معدے کی خرابی یا جگر کا اپنے فعل کو صحیح سرانجام نہ دینے پر ہوتا ہے ایسے لوگوں کو سنگترہ کا استعمال ضرور کرنا چاہیے کیونکہ ان کیلئے یہ دوا کا کام دے گا۔

سنگترہ معدے کے نظام کو صحیح کرتا ہے۔ اس طرح زبان پر سفید میل کی تہہ جمنے کا مسئلہ بھی حل ہوجائے گا۔

یرقان سے ہونیوالی جگر کی گرمی میں اطباء صدیوں سے سنگترہ کا استعمال کرارہے ہیں اس کے علاوہ بیماری کے بعد جسم انسانی کی قوت مدافعت کمزور ہوجاتی ہے جسم نقاہت محسوس کرتا ہے اور روزمرہ زندگی کے معمولات میں صلاحیت عمل میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔ ایسے حالات میں سنگترہ کا استعمال قدرتی ٹانک ہے اور اسے طاقت بخش مشروب کے طور پر پینا چاہیے۔ وہ بچے جن کو ماں کا دودھ ہضم نہیں ہوتا یا سوکھا پن کا شکار ہوتے ہیں یا فیڈر سے دودھ پلانے کی وجہ سے قدرتی حیاتین کی کمی کا شکار ہوں تو ایسے بچوں کی اس کمی کو دور کرنے کیلئے سنگترہ کا رس دن میں تین چار چمچ دے کر پورا کیا جاسکتا ہے۔

سنگترے کے چھلکے اور پودینہ چھ چھ ماشہ جوش دے کر چھان کر میٹھا کرکے دن میں دو تین دفعہ پینے سے بدہضمی کی شکایت جاتی رہتی ہے۔ جن لوگوں کو قبض رہتا ہو انہیں چاہیے صبح ناشتے میں تین کینو کھائیں یا ایک گلاس جوس کا پی لیں۔ رس سے بہتر کینو رہے گا کیونکہ ان کا پھوک اور ریشہ انتڑیوں کی صفائی کریگا۔

کچھ خواتین کا جگر خراب ہوجاتا ہے‘ تھوڑا سا کام کرنے سے سانس پھولتا ہے سیڑھیاں چڑھتے ہوئے برا حال ہوجاتا ہے۔ انہیں چاہیے کینو کا رس روزانہ غذا میں شامل کریں تاکہ جگر کی خرابی کا تدارک ہوسکے اسی طرح بعض دفعہ پیشاب جل کر آتا ہے۔ رک رک کر پیلا زرد پیشاب آئے تو آپ کینو کا رس پیجئے۔ مسلسل استعمال سے یہ شکایت باقی نہیں رہے گی۔

مسوڑھے پھول جائیں‘ دانتوں کی خرابی سے خون یا پیپ آنے لگے تو آپ وٹامن سی کے اس خزانے سے بھرپور فائدہ اٹھایئے۔ دن میں دو بار کینو یا مالٹے کا رس پیجئے۔ بخار میں موسمی یا کینو کا رس دینے سے پیاس کی شدت ختم ہوجاتی ہے اور قوت آتی ہے۔ گرم مزاج والوں کیلئے مفید ہے۔ دل اور معدے کو طاقت دیتا ہے۔ سنگترے کے پھولوں کا عرق بے حد مفید ہوتا ہے۔ صبح شام پینے سے معدہ طاقتور ہوجاتا ہے۔ اعصابی تھکان اور کھچاؤ نہیں رہتا۔ پیٹ میں جمع گیس خارج ہونے سے جسم ہلکا پھلکا محسوس ہوتا ہے۔ کچھ خواتین کو ہسٹریا کی شکایت ہوتی ہے۔ ان دوروں کو آسیب کا اثر سمجھا جاتا ہے۔ ایسی خواتین باربار بیہوش ہوجاتی ہیں۔ پیٹ کے نچلے حصے میں بوجھ اور درد رہتا ہے ایسی صورت میں سنگترے کے پھولوں کا عرق سادہ پانی یا دودھ میں ملا کر پلانے سے یہ تکلیف دور ہوجاتی ہے۔

سنگترے کا شربت خون کی خرابی کیلئے مفید ہے۔ چھ ماشہ چرائتہ رات کو بھگودیں‘ صبح چھان کر شربت کے ہمراہ پینے سے باربار نکلنے والی پھنسیوں اور خون کی تیزابیت دونوں کا علاج ہوجاتا ہے۔ یہی شربت دست آنے میں فائدہ بخش ہے۔ پتلے دست جلن سے باربار آئیں تو شیشم کے دس گیارہ پتے دو پیالی پانی میں جوش دیں۔ ایک پیالی پانی میں سنگترے کا شربت ملا کر پلانے سے آرام آجاتا ہے۔ صبح شام پلایئے اور آرام آنے پر چھوڑ دیجئے۔ چہرے کی چھائیوں اور داغ دھبوں کیلئے نارنگی کا چھلکا باریک پیس کر روز ملنے سے آرام آتا ہے۔

دردسر خواہ کسی قسم کا ہو

سات بار سورہ الم نشرح پڑھ کر پانی پر دم کرکے پلائے خواہ کیسا ہی درد شکم ہو انشاء اللہ فوراً دور ہوجائیگا

دردسر: دردسر خواہ کسی قسم کا ہو۔ اس کیلئے اسم یَاھُوَ. یَاھُوَ. یَاھُوَ. یَاغَفُوْرُ یَاغَفُوْرُ کسی کاغذ پر لکھ کر بطور تعویذ کے سر پر باندھیں۔ انشاء اللہ آرام ہوجائیگا۔

برائے سلامتی اولاد

جس عورت کا بچہ زندہ نہ رہتا ہو۔ 160 بار بسم اللہ شریف لکھ کر اس کو دی جائے کہ اپنے پاس رکھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس کے اولاد زندہ رہے گی۔ مجرب ہے۔ **(صفحہ نمبر 339)**

دردشقیقہ: شقیقہ کے درد کیلئے دس بار سورۂ فاتحہ اور دس بار سورۂ کافرون پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

کان درد: تین بار اسم یَاسَمِیْعُ پڑھ کر روئی پر دم کرکے کان میں رکھیں‘ فائدہ ہوگا اور آرام آجائیگا بلکہ یہ اسم دیگر تمام قسم کی درد کیلئے زود اثر ہے۔

دردچشم: سورۂ قلم کی آیت نمبر 52,51 سات بار پڑھ کر دم کریں۔

درد دندان: سورہ الم نشرح نو بار پڑھ کر دانت کو دم کریں۔ الحمد شریف اکتالیس بار یا سات بار پڑھ کر دم کریں‘ انشاء اللہ آرام ہوگا۔

گوشت خور دندان

جس کے دانتوں کو گوشت خورہ لگ گیا ہو۔ **یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ اِنَّھُمْ یَکِیْدُوْنَ کَیْدًا وَّاَکِیْدُ کَیْدًا مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ** ایک کپڑا لے کر اسے زور سے مروڑیں اور ساتھ ہی مندرجہ بالا الفاظ پڑھتے جائیں جس وقت کپڑا اچھی طرح مروڑا جائے۔ چھوڑ دیں اور دانت پر دم کریں۔ تین بار ایسا کریں‘ انشاء اللہ آرام آجائیگا۔

دردشکم: سات بار سورہ الم نشرح پڑھ کر پانی پر دم کرکے پلائیں خواہ کیسا ہی درد شکم ہو انشاء اللہ فوراً دور ہوجائیگا اور سات بار الحمد شریف پڑھ کر پیٹ پر دم کریں۔ **(صفحہ نمبر 148)**

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ”کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں“ نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع‘ آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

ذہنی نشوونما ❁ کوئی سینے پر سوار ہے ❁ اجابت میں خون ❁ بہت موٹی ہوں ❁ سر میں جلن ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو جہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

ذہنی نشوونما

میرا بیٹا پچھلے سال 8 اپریل 2008 کو پیدا ہوا۔ دوران حمل آٹھویں ماہ میں مجھے شوگر کی شکایت ہوئی اور میں نے روزانہ انسولین کے دو انجکشن لیے اور ہفتے میں دو مرتبہ این ایس ٹی ہوتا تھا۔ الٹرا ساؤنڈ کیا تو معلوم ہوا کہ بچے کے دماغ میں پانی ہے جس پر اگلے دن انہوں نے آپریشن کر دیا اور پیدائش کے اگلے دن بچے کے دماغ کا آپریشن کر کے اس میں پلاسٹک کی ٹیوب ڈال دی اور دماغ سے پانی کے اخراج کا ذریعہ بنایا۔ آپریشن کے ایک ماہ کے بعد اس ٹیوب سے انفیکشن ہو گیا اور انہوں نے نیا آپریشن کر کے ایک نئی ٹیوب ڈال دی اور دماغ سے پانی کے اخراج کا ذریعہ بنایا۔ اس آپریشن کے ایک ماہ بعد اس ٹیوب سے دوبارہ انفیکشن ہو گیا اور انہوں نے نیا آپریشن کر کے ایک نئی ٹیوب دوسری طرف ڈال دی اب بچہ ویسے تو صحت مند ہے مگر اس کی ذہنی نشوونما کم ہے۔ ایک سال کی عمر میں وہ چھ ماہ کے بچے کی سی حرکتیں کرتا ہے نہ تو اس کا سر کنٹرول میں ہے نہ اس نے بیٹھنا شروع کیا ہے۔ اس سے قبل میری ایک تین سال کی بیٹی ہے جو بالکل صحت مند ہے۔ **(وجیہہ ناز۔ یو ایس اے)**

مشورہ: مندرجہ ذیل تدبیر دس دن کر کے بند کر دیں اور دوبارہ مطلع کریں۔ پوست آملہ خشک کا باریک سفوف ایک چاول کے بقدر، سفوف مغز کرنجوہ ایک چاول کے بقدر ایک چمچہ پانی میں جوش دے کر چھان کر دو خوراک بنالیں۔ آدھا پانی صبح کسی وقت پلائیں، باقی پانی شام کو کسی وقت پلائیں۔ دماغ میں شنٹ ہو تو ہر وقت خبردار رہنا پڑتا ہے۔ ایسے مریضوں کو دودھ، چاول، پھل، سبزیاں زیادہ موافق نہیں آتیں۔ غذا نمبر 2-4 استعمال کریں۔

کوئی سینے پر سوار ہے

میری عمر 14 سال ہے میں تقریباً دو سالوں سے بہت پریشانی میں مبتلا ہوں میں جب بھی رات کو سونے کیلئے لیٹتا ہوں تو مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی میرے سینے پر چڑھا بیٹھا ہے اور اپنی پوری قوت سے میرا گلا دبا رہا ہے میں اپنے آپ کو اس غیر مرئی طاقت سے چھڑانے کی مکمل کوشش کرتا ہوں لیکن مجھے ایسا معلوم ہوتا ہے کہ میرا بال بال جکڑا ہوا ہے۔ میں اس حالت میں پوری آواز سے چیخنا چاہتا ہوں لیکن اس حالت میں میری آواز حلق کے اندر ہی گھٹ کر رہ جاتی ہے، مجھے اکثر بخار بھی چڑھ جاتا ہے ہڈیاں دکھنے لگ جاتی ہیں، آنکھوں میں سخت جلن ہوتی ہے، مجھے شدید قبض بھی ہے۔ مہینہ مہینہ اجابت نہیں ہوتی، جسم بہت کمزور ہے، کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ میں بہت پریشان رہتا ہوں۔ **(ابراہیم اسلم۔ سیالکوٹ)**

مشورہ: جوارش کمونی مسہل پونی چائے کی چمچی صبح و شام کھا لیا کریں۔ ایک ہفتہ کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

خون کی کمی

حکیم صاحب میری عمر 32 سال ہے۔ ہر وقت چہرہ زرد رہتا ہے اور جسم میں کمزوری لاحق ہو گئی ہے۔ ہاتھ پاؤں کانپنے لگتے ہیں۔ دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے اور سانس پھول جاتا ہے۔ شدید نقاہت ہے۔ ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں اور سردی بھی لگتی ہے اور کوئی چیز بھی صحیح طور پر ہضم نہیں ہوتی۔ ہر وقت سستی چھائی رہتی ہے۔ برائے مہربانی میرے لیے آپ کوئی اچھا سا نسخہ تجویز کریں تا کہ اس تکلیف سے مجھے نجات مل جائے۔ **(عائشہ خانم، گوجرانوالہ)**

مشورہ: معدہ اور جگر کی کمزوری سے، نکسیر، پیچش، حیض کی زیادتی، اسہال، پیٹ کے کیڑوں اور چوٹ کی وجہ سے شدید جریان خون اور صحت کے اصولوں پر عمل نہ کرنے سے خون کی کمی ہو جاتی ہے۔ آپ درج ذیل ادویات استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔

ھوالشافی: صبح و شام جوہر شفاء مدینہ اور اس کے ساتھ اکسیر البدن ڈبی پر دی گئی ہدایات کے مطابق استعمال کریں۔ غذا نمبر 2 اور 3 استعمال کریں۔

اجابت میں خون

میری بیٹی نے جس کی عمر اس وقت نو سال ہے پچھلے سال گرمیوں میں اسے دست آئے اور پیچش لگ گئی اور ساتھ ہی خون آنے لگا۔ میں نے اسپغول کھلائی ٹھیک ہو گئی یہ تکلیف سردیوں میں پھر شروع ہوئی۔ دن میں جتنی دفعہ رفع حاجت کیلئے جاتی خون اتنی دفعہ آتا۔ خون کا رنگ گہرا اور گاڑھا ہوتا ہے نہ رفع حاجت کی جگہ کوئی مسہ ہے اور نہ سوجن۔ **(حنا۔ کراچی)**

مشورہ: صبح و شام اسپغول کی بھوسی پانی میں حل کر کے شربت بنفشہ سے میٹھا کر کے پلائیں۔ صبح ناشتہ میں جو کا دلیہ دیں۔ مرچ، گرم مسالے سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 1-5 استعمال کریں۔

سر میں جلن

میری عمر 47 سال ہے، دو سال سے میرے سر کے بائیں جانب جلن سی ہونے لگی جیسے کسی توے سے بھاپ نکلتی ہے جس سے سر میں درد محسوس ہونے لگتا ہے۔ میں نے ایک نیورو سرجن کو دکھایا۔ اس نے سی ٹی اسکین بھی کروایا وہ بھی بالکل ٹھیک تھا۔ دوائیں دیں، آہستہ آہستہ آرام آ گیا۔ اب اکثر آدھے سر میں جلن سی ہونے لگتی ہے ہفتہ پندرہ دن بعد خود ہی آرام آ جاتا ہے۔ اب تقریباً پندرہ دن بعد خود ہی آرام آ جاتا ہے اب تقریباً پندرہ دنوں سے پھر شروع ہے اب کان اور گال میں بھی درد محسوس ہوتا ہے، جلن کے ساتھ آنکھ اور سر میں درد محسوس ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ دو سال سے ایام بھی ٹھیک طرح سے نہیں آتے ہیں دو سالوں میں ایک آدھ مرتبہ گولیاں بھی کھائی ہیں ایام نہیں آئے۔ پچھلی گرمیوں سے ایسا ہوتا ہے کہ ایک دم گھبراہٹ محسوس ہوتی ہے۔ پسینہ آتا ہے اور سردیوں میں بھی سخت گرمی لگتی ہے دس منٹ کے بعد نارمل حالت میں آ جاتی ہوں، دن میں گھنٹے دو گھنٹے کے بعد گرمی کا شدید احساس ہوتا ہے۔ **(ناز۔ ملتان)**

مشورہ: عمدہ اصلی خمیرہ گاؤزبان عنبری جواہر دار چھ گرام صبح کھائیں۔ دس روز کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

خراٹوں نے پریشان کردیا

میری عمر 18 سال ہے۔ مجھے خراٹوں کا مرض لاحق ہے۔ اور میں اس کی وجہ سے بہت زیادہ پریشان ہوں۔ ہر طرح کے علاج اور مشوروں پر عمل کرچکی ہوں۔ لیکن کوئی افاقہ نہیں ہوا ہے۔ بہت لوگوں نے کہا ہے کہ اسکا کوئی علاج نہیں ہے۔ **(نبیلہ۔سیالکوٹ)**

مشورہ: گرم پانی کے غرغرے کیا کریں۔ گرم پانی ناک میں دیں جیسے وضو میں دیتے ہیں اور زکام کا باقاعدہ علاج کروائیں۔ سرد، ترش چیزوں سے پرہیز ضروری ہے۔

جریان

میری عمر 24 سال ہے' میرا رنگ پہلے سرخ وسفید تھا اب زرد ہوگیا ہے آنکھ کے گرد حلقے ہیں اور سارے جسم کی ہڈیاں نمایاں ہونا شروع ہوگئی ہیں' خاص کر کلائیاں تو بچوں جیسی ہیں۔ ایم بی اے کا سٹوڈنٹ ہوں مگر دیکھنے میں میٹرک کا لگتا ہوں۔ تین چار سال پہلے میرا پیٹ خراب ہوا تھا موشن آنا شروع ہوئے تھے دن میں تین چار موشن اور کھانے کے فوراً بعد تو ضرور آتے تھے۔ بنیادی مسئلہ پیشاب کے بعد سفید قطرات کا آنا ہے' سردیوں میں ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہتے ہیں اور گرمیوں میں پیشاب جلن کے ساتھ آتا ہے۔ حالانکہ تمام گرم اشیاء سے پرہیز کرتا ہوں۔ **(ربانی۔فیصل آباد)**

مشورہ: جس دوا سے فائدہ محسوس ہو' اسے مستقل شفایابی تک استعمال کرتے رہنا چاہیے' آپ کو جس علاج سے فائدہ ہوا اس سے اگر کوئی نقصان نہ ہو تو دوبارہ کرکے دیکھیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

بہت موٹی ہوں

میری عمر 14 سال ہے اور میں بہت موٹی ہوں اور چہرہ موٹے گالوں کی وجہ سے اچھا نہیں لگتا۔ میرا وزن 40 کلو ہے اور میں بہت پریشان ہوں۔ **(راؤ فاطمہ اشتیاق احمد)**

مشورہ: آپ کی کھیل کود کی عمر ہے اگر دو گھنٹے روزانہ کھیل کود میں حصہ لیں تو آپ کا مسئلہ بخیر وخوبی حل ہوسکتا ہے' دواؤں اور ڈائٹنگ سے دور رہیں۔ غذا نمبر 1-6 استعمال کریں۔

برائے اعصابی قوت اور قوت باہ

عقرقرحا' جلوتری' سنڈھ تینوں ایک ایک تولہ۔ پانچ انڈوں کی زردی میں رگڑائی کریں۔ چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ ایک گولی شام کو دودھ کے ساتھ' ایک ہفتے میں ناقابل برداشت قوت پیدا ہوجائے گی۔

برائے جریان واحتلام

تخم ریحان' لاجونتی' مصری سو، سو گرام۔ سب اجزا کو باریک پیس لیں۔ چھ ماشہ خوراک صبح وشام ہمراہ پانی۔ **(نصر اللہ معاویہ)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترش باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین' جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرنہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

کیل مہاسوں کا روحانی اور طبی علاج

ابومحمد سعد

چہرے کی جلد کی خرابی کی وجہ بے پردگی بھی ہے۔عورتوں کی جلد بہت نازک ہوتی ہے جب عورتیں بے پردہ باہر نکلتی ہیں تو باہر کی مٹی دھول وغیرہ ان کے چہرے کو خراب کردیتی ہے۔اس کے علاوہ غیرمحرم مردوں کی حسرت بھری نظریں بھی ان کے چہرے پر بہت برا اثر کرتی ہیں

آج کے اس جدید دور میں جوانوں کے جہاں باقی مسائل ہیں وہاں ان کا سب سے اہم مسئلہ اپنے آپ کو خوبصورت بنانا ہے۔ ہرکوئی یہ چاہتا ہے کہ وہ خوبصورت نظر آئے۔اس کے لئے اپنا قیمتی سرمایہ خرچ کیا جاتا ہے، ہرجگہ بیوٹی پارلر کھلے ہوئے، لڑکیاں تو لڑکیاں لڑکے بھی اپنے چہرے کو خوبصورت بنانے کے لئے قیمتی سے قیمتی کریمیں استعمال کرتے ہیں مگر رزلٹ صفر، تھوڑی دیر خوبصورتی ہوئی پھر اسی طرح۔ کریموں میں اکثر زہریلے کیمیکل ہوتے ہیں جو چہرے کی نازک جلد کو خراب کردیتے ہیں اور کیل مہاسوں کا سبب بنتے ہیں۔پھر یہ کیل مہاسے ختم کرنے کے لئے مہنگے علاج کروانے پڑتے ہیں۔

دل انسانی جسم کے ایک ایک خلیے تک صاف خون پہنچانے اور گندا خون واپس کرنے کا کام کرتا ہے۔دل چونکہ چھاتی کے درمیان ہے اور سر، چہرہ، آنکھیں، کان وغیرہ اس سے اوپر ہیں اس لئے ان اعضاء میں خون پہنچانا قدرے مشکل ہے جس کی وجہ سے اکثر یہ اعضاء تھوڑے کمزور ہوتے ہیں۔ان اعضاء کا دل کے لیول سے نیچے ہونا صرف سجدے کی حالت میں یا رکوع میں ہوتا ہے۔یعنی رکوع اور سجدے کی حالت میں خون ان اعضاء تک بہت آسانی سے پہنچ جاتا ہے جس کی وجہ سے یہ اعضاء فریش/تازہ رہتے ہیں۔اس لئے جب چہرے کو خون صحیح طریقے سے فراہم ہوگا تو وہ قدرتی خوبصورت ہوجائے گا اور چہرے کے ہرخلیے سے گندا خون جب واپس ہوگا تو کیل مہاسوں وغیرہ کی بیماری سے چہرہ محفوظ رہے گا۔

اس لحاظ سے ہم اگر حساب لگائیں کہ اگر پانچ وقت کی نماز پابندی کے ساتھ ادا کریں تو رکوع اور سجدے کی تسبیحات کو آرام سے پڑھیں تو ایک رکوع یا سجدے میں سر اور چہرہ 5 سیکنڈ کے لئے دل کے لیول سے نیچے ہوتے ہیں اور خون باآسانی ان تک پہنچتا ہے۔دل تقریباً 0.83 سیکنڈ میں ایک مرتبہ خون جسم کے ہرحصہ کو سپلائی کرتا ہے۔اس حساب سے پانچ نمازوں میں کم ازکم ایک ہزار مرتبہ دماغ، آنکھوں اور چہرے کے تمام اعضاء کو خون کی سپلائی بہترین طریقے سے ہوتی ہے جس کی وجہ سے یہ تمام اعضاء ٹھیک حالت میں رہتے ہیں اور نماز پڑھنے پر خرچ بھی کچھ نہیں ہوتا۔چہرے کی جلد کی خرابی کی دوسری بڑی وجہ مردوں میں بار بار شیو کرنا بھی ہے۔ بار بار استرا مارنے کی وجہ سے جلد کھردری ہوجاتی ہے اور چہرہ صاف ہونے کی وجہ سے جراثیم باآسانی چہرے تک پہنچ جاتے ہیں اور اس نازک جلد کو خراب کردیتے ہیں جبکہ مسنون ڈاڑھی کی وجہ سے نہ صرف جلد کھردری نہیں ہوتی بلکہ ڈاڑھی جراثیم کو بھی چہرے پر جانے سے روکتی ہے۔عورتوں میں چہرے کی جلد کی خرابی کی وجہ بے پردگی بھی ہے۔عورتوں کی جلد بہت نازک ہوتی ہے جب عورتیں بے پردہ باہر نکلتی ہیں تو باہر کی مٹی دھول وغیرہ ان کے چہرے کو خراب کردیتی ہے۔اس کے علاوہ غیر محرم مردوں کی حسرت بھری نظریں بھی ان کے چہرے پر بہت برا اثر کرتی ہیں۔پردہ والی عورتیں اس سے محفوظ رہتی ہیں۔اکثر آپ نے دیکھا ہوگا کہ نمازی حضرات اور جن کے چہرے سنت رسولؐ سے سجے ہوئے ہیں ان کے چہرے ان بیماریوں سے محفوظ ہوتے اور ان کے چہرے پر قدرتی نورانیت ہوتی ہے۔

دیکھیں کہ اگر ہم اللہ تعالیٰ کے حکموں اور نبی پاکؐ کے مبارک طریقوں کو اپنائیں تو نہ صرف یہ دنیا خوبصورت بن جائے بلکہ ہماری آخرت بھی سنور جائے مگر ہائے بدقسمتی کہ ہم مغرب کی تقلید میں اتنے اندھے ہوگئے ہیں کہ ہمیں ہوش بھی نہ رہا کہ ہمارے پروردگار نے ان عبادات کے دنیا میں کیا کیا فوائد رکھے ہیں۔مگر ایک بات یاد رکھیں کہ نماز، پردہ اور مسنون ڈاڑھی کو اللہ کے حکم سمجھ کر عمل کریں۔دنیاوی فائدے کے لئے نہیں۔دنیاوی فائدے تو عارضی ہیں اور آخرت بنانے کی فکر کرنے والوں کو مفت مل جاتے ہیں۔

نوجوانی میں قدم رکھنے والوں کیلئے کیلوں کی بدنمائی ناقابل برداشت ہے۔اس میں دکھ کی بات کیلوں کا درد نہیں بلکہ ''انا'' کا درد ہے۔اصلی حسن' جوانی کا حسن ہوتا ہے۔اس پر یہ دھبے کویا جوانی پر دھبے ہوتے ہیں۔لوگ پوچھتے ہیں تو شرم دامن گیر ہوتی ہے۔

طبی لحاظ سے کیل کا مطلب چربیلے غدودوں کا ورم ہے۔یہ غدود جلد کے نیچے بالوں کی طرح لاتعداد ہوتے ہیں۔ان میں سے ایک قسم کا تیل نکل کر چہرے کی جلد پر آجاتا ہے جب ان غدودوں میں جراثیمی چھوت (انفیکشن) یا ورم آتا ہے تو یہ کیلوں کے دھبوں کی صورت میں چہرے پر نظر آتی ہے۔چربیلے غدودوں میں سے زیادہ تیل خارج ہوتا ہے ان کا راستہ بند ہوجاتا ہے یا ان میں انفیکشن ہوجاتا ہے۔یہ دھبے زرد بھی ہوتے ہیں اور کالے بھی۔چہرے کے علاوہ کندھوں اور سینے پر بھی نکلتے ہیں۔

اس کا سبب یہ بتایا جاتا ہے کہ ہارمون کا فعل غیرمتوازن ہوجاتا ہے۔ہارمون سے مراد تھائرائڈ' پچوٹری اور عورتوں میں بیضہ دان کے ہارمون ہیں۔مردانہ ہارمون سے مردوں کے چہرے اور جسم کے بال آتے ہیں' آواز بھاری ہوجاتی ہے جبکہ زنانہ ہارمون سے خواتین کی چھاتیاں بنتی ہیں۔کولہوں میں گوشت بڑھتا ہے اور ان کے بال نازک اور نرم اگتے ہیں۔ان کا چہرہ بالوں سے خالی ہوتا ہے۔کیلوں کی زیادتی سے آدمی چڑچڑا ہوجاتا ہے یعنی جذباتی عدم توازن پیدا ہوتا ہے۔اس تکلیف پر قابو پانے کیلئے پہلا اقدام یہ ہے کہ آپ سالم آٹے کی روٹی کھائیں یعنی آٹے سے کچھ نکالا نہ جائے۔ چوکر بھی اس میں شامل ہونا چاہیے۔ دوسرا اقدام یہ ہے کہ سفید شکر کو کم کیا جائے۔مختصر یہ کہ مشین سے پسے ہوئے اور صاف کردہ اناج سے یہ تکلیف بڑھتی ہے۔یہ دو احتیاطیں جلد کے اندر سے نکلنے والے تیل کی مقدار کو کم کرتی ہیں۔روزانہ منہ دھونا اور غسل کرنا بھی اہم ہے اور ورزش بھی بہت ضروری ہے' اس لیے کہ اس سے پسینہ آتا ہے اور یہ شکایت کم ہوجاتی ہے۔ایک اور اقدام روزانہ آٹھ دس گلاس پانی پینا بہت مفید ہے۔یہ تو فطری تدابیر ہیں۔اس کے بعد آپ اپنے معالج کے مشورے سے کریم' لوشن اور صابن استعمال کریں۔

عرق النساء کی تکلیف غائب

مجھے ''عرق النساء یعنی شائیٹکا'' کی تکلیف تھی' میں نے ایک صاحب کا واقعہ پڑھا کہ ان کا بیٹا ڈاکٹر تھا۔ان صاحب کی کمر میں تکلیف تھی۔ بیٹے نے بہت علاج کرائے لیکن کمر کی تکلیف ٹھیک نہیں ہوتی تھی۔وہ بیوی کے ہمراہ عمرے پر گئے۔لکھتے ہیں کہ بیت اللہ شریف کے پہلو میں بیٹھے ہوئے دل میں خیال آیا کہ اللہ سے اپنی تکلیف کے ٹھیک ہونے کی دعا مانگوں۔وہ صاحب لکھتے ہیں میں نے اللہ سے صحت کی دعا کی۔ مجھے اونگھ آئی' جب اٹھا تو درد غائب تھا۔

میں عرق النساء کی تکلیف سے بہت تنگ تھا۔ میں سعودی ایئرفورس میں تھا۔ ہمیں عمرہ کی سعادت تقریباً دس دن بعد نصیب ہوتی تھی۔مذکورہ بالا صاحب کا واقعہ پڑھ کر جب میں پھر عمرہ پر گیا تو حطیم میں کعبہ شریف کے میزاب رحمت کے نیچے بیٹھ کر میں نے صحت کی دعا کی۔اللہ نے سن لی۔ مجھے مکمل صحت نصیب ہوئی۔ بندے کی دعائیں تو بیت اللہ شریف میں فوراً قبول ہوتی ہیں بلکہ درد سے مانگی جانے والی ہر دعا ہرجگہ قبول ہوتی ہے۔(**عصمت اللہ خٹک' پشاور**)

دو انمول خزانے اور ڈاکو

ایک رات ایسا ہو کہ گھر کی ایک عورت کو گھر کے باہر آہٹ محسوس ہوئی۔ تو اس نے اٹھ کر دو انمول خزانے کا ورد شروع کر دیا۔ تھوڑی دیر بعد کتوں کے ایک ہجوم کے بھونکنے کی آواز آنے لگی اور وہ اس قدر زور سے بھونکے کہ گھر والوں کی بھی آنکھ کھل گئی

انجینئر نوید اختر، راولپنڈی

گزشتہ موسم سرما میں ہمارے شہر سرائے عالمگیر میں کہیں سے ڈاکوؤں کا ایک گروہ گھس آیا۔ انہوں نے شہر میں کئی وارداتیں کیں۔ ہر گھر میں گھستے اور امیر غریب کی پرواہ کیے بغیر سب کچھ چھین لیتے۔ مزید ستم یہ کہ قانون نافذ کرنے والے ادارے بھی خاموش تماشائی بنے ہوئے تھے اور بعد میں پتہ چلا کہ پولیس بھی ان سے ملی ہوئی ہے اور باقاعدہ حصہ وصول کرتی ہے۔ سارے شہر کے لوگوں کا سکون غارت ہو گیا۔ ایسا لگتا تھا کہ اب بس اپنی باری کا انتظار ہو رہا ہے۔ ہمارا گھر سڑک کے کنارے پر ہے اور سامنے قبرستان ہے اور خوبصورتی کے اعتبار سے آس پاس کے گھروں میں سے سب سے اچھا لگتا ہے۔ ہمارے گھر والے بھی پریشان تھے۔ چنانچہ گھر والوں نے ایک رائفل کا بندوبست کیا۔ بندے نے عرض کیا کہ رائفل سے حفاظت نہیں ہو گی بلکہ سارے کوئی عمل کریں کہ اللہ ہماری حفاظت فرمائے اور مشورے کے بعد یہ طے پایا کہ حکیم صاحب کے ارشادہ فرمودہ دو انمول خزانے کا اہتمام کیا جائے۔ اپنی اپنی استطاعت کے مطابق کچھ نہ کچھ پڑھا۔ ایک رات ایسا ہو کہ گھر کی ایک عورت کو گھر کے باہر آہٹ محسوس ہوئی۔ تو اس نے اٹھ کر دو انمول خزانے کا ورد شروع کر دیا۔ تھوڑی دیر بعد کتوں کے ایک ہجوم کے بھونکنے کی آواز آنے لگی اور وہ اس قدر زور سے بھونکے کہ گھر والوں کی بھی آنکھ کھل گئی۔ کسی نے کھڑکی ہلکی سی کھول کر آنکھ لگا کر باہر دیکھا تو دس گیارہ آدمیوں کا ایک ٹولہ اسلحہ سے لیس کتوں کے سامنے بدکتا ہوا محسوس ہوا۔ کتے بھونکتے بھونکتے آگے بڑھتے جا رہے تھے اور یوں اس رات چوروں سے اللہ نے نجات دی۔ حالانکہ اس گلی میں آج تک اس تعداد میں کتے کبھی دیکھے ہی نہیں گئے۔

دوسری دفعہ چور ساتھ والے گھر کی چھت پر چڑھ گئے تاکہ وہاں سے ہمارے گھر آ سکیں۔ پڑوس کی عورت نے دیکھ لیا تو شور مچا دیا تو چور فائرنگ کرتے ہوئے بھاگ گئے۔ محلے کے سارے گھروں میں چوری ہوئی مگر صرف دو گھر محفوظ رہے ہم اور ہمارے پڑوسی۔

دو انمول خزانے کے علاوہ رات کو سوتے وقت آیت الکرسی، سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پڑھنے کا بھی اہتمام ہے۔

یَامُسَبِّبَ الْاَسْبَابِ سَبِّبْ لِیَ الْخَیْرَ

میری اہلیہ کی ایک عزیزہ ہے مذکورہ بالا ذکر کا عمل مکمل کیا۔ عمل اس طرح کہ روزانہ رات کو 590 دفعہ اس کا اہتمام کیا۔ (اول آخر درود پاک 11 مرتبہ) یہ گیارہ دن کا عمل ہے۔ اس عمل کو مکمل کرنے کے بعد جب بھی کوئی مشکل آن پڑی کوئی پریشانی لاحق ہوئی تو اول آخر گیارہ دفعہ درود پاک کے ساتھ سات دفعہ اس ورد کو کیا تو اللہ نے پریشانی سے نجات عطا فرمائی اور مصیبت کو ٹال دیا۔

حضرت ابو دردأؓ کی دعا اور جھگڑا

(منصورہ سلطانہ، لالہ موسیٰ)

ایک آدمی کے گھر میں اکثر کسی نہ کسی بات سے لڑائی رہتی تھی۔ گھر میں دو تین فرد ایسے تھے کہ شاید ان کو لڑائی میں مزہ آتا تھا۔ بات تکرار کے بعد ہاتھا پائی تک پہنچ جاتی تھی۔ گھر کی ایک عورت دو انمول خزانے سے واقف تھی ایک دن لڑائی شروع ہوئی۔ (یہ عورت مجبوری کے ایام میں تھی) اس لیے دو انمول خزانہ میں سے صرف دعائے ابو دردأؓ (اَللّٰھُمَّ اَنْتَ رَبِّیْ لَااِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ...... (مکمل) پڑھنا شروع کر دی اس دعا کی برکت سے لڑائی آگے نہ بڑھ سکی اور فریقین بہت جلد خاموش ہو گئے۔ یہ عورت کہتی ہے کہ جب بھی ایسے لڑائی ہوتی ہے میں صرف یہ دعا پڑھنا شروع کر دیتی ہوں اور اللہ تعالیٰ کسی بہانے سے ٹال دیتے ہیں۔

برائے لیکوریا

نسخہ: مازو۔ مائیں۔ چھل انار۔ پاٹھا۔ کیکر کی پھلی تمام چیزیں ہم وزن لیں۔ باریک پیس لیں۔ **خوراک:** چھ ماشہ صبح و شام دودھ کے ہمراہ۔ (چالیس دن تک) لیکوریا کیلئے بہترین نسخہ ہے۔ یہ نسخہ میرے مجرب اور معمول مطب ہے۔ سستے اجزاء ہونے کے باوجود رزلٹ بہترین ہے۔

(حکیم نصر اللہ معاویہ، وہاڑی)

فاصلہ پر رہو

مولانا وحید الدین خان

ہر آدمی کے سامنے اس کا ذاتی انٹرسٹ ہے۔ ہر آدمی اپنے اندر ایک انا لیے ہوئے ہے۔ ہر آدمی دوسرے کو پیچھے کر کے آگے بڑھ جانا چاہتا ہے

سڑک پر بیک وقت بہت سی سواریاں دوڑتی ہوتی ہیں۔ آگے سے پیچھے سے، دائیں سے بائیں سے۔ اس لیے سڑک کے سفر کو محفوظ حالت میں باقی رکھنے کیلئے بہت سے قاعدے بنائے گئے ہیں۔ یہ سڑک کے قاعدے سڑک کے کنارے ہر جگہ لکھے ہوئے ہوتے ہیں تاکہ سڑک سے گزرنے والے لوگ انہیں پڑھیں اور ان کی رہنمائی میں اپنا سفر طے کریں۔ ایک سڑک سے گزرتے ہوئے اسی قسم کا ایک قاعدہ بورڈ لکھا ہوا نظر سے گزرا۔ اس کے الفاظ یہ تھے ''فاصلہ برقرار رکھو'' میں نے اس کو پڑھا تو میں نے سوچا کہ ان دو لفظوں میں نہایت دانائی کی بات کہی گئی ہے۔ یہ ایک مکمل حکمت ہے۔ اس کا تعلق سڑک کے سفر سے بھی ہے اور زندگی کے سفر سے بھی۔

موجودہ دنیا میں کوئی آدمی اکیلا نہیں ہے۔ ہر آدمی کو دوسرے بہت سے انسانوں کے درمیان رہتے ہوئے اپنا کام کرنا پڑتا ہے۔ ہر آدمی کے سامنے اس کا ذاتی انٹرسٹ ہے۔ ہر آدمی اپنے اندر ایک انا لیے ہوئے ہے۔ ہر آدمی دوسرے کو پیچھے کر کے آگے بڑھ جانا چاہتا ہے۔

یہ صورتحال تقاضا کرتی ہے کہ ہم زندگی کے سفر میں ''فاصلہ پر رہو'' کے اصول کو ہمیشہ پکڑے رہیں۔ ہم دوسرے سے اتنی دوری پر رہیں کہ اس سے ٹکراؤ کا خطرہ مول لیے بغیر ہم اپنا سفر جاری رکھ سکیں۔

اسی حکمت کو قرآن میں اعراض کہا گیا ہے۔ اگر آپ اعراض کی اس حکمت کو ملحوظ نہ رکھیں تو کہیں آپ کا فائدہ دوسرے کے فائدہ سے ٹکرا جائے گا۔ کہیں آپ کا ایک سخت لفظ دوسرے کو مشتعل کرنے کا سبب بن جائے گا۔ کہیں آپ کی بے احتیاطی آپ کو غیر ضروری طور پر دوسروں سے الجھا دے گی۔ اس کے بعد وہی ہو گا جو سڑک پر ہوتا ہے۔ یعنی حادثہ، سڑک کا حادثہ آدمی کے سفر کو روک دیتا ہے۔ بعض اوقات خود مسافر کا خاتمہ کر دیتا ہے۔ اسی طرح زندگی میں مذکورہ اصول کو ملحوظ نہ رکھنے کا نتیجہ یہ ہو گا کہ آپ کی ترقی کا سفر رک جائیگا۔ یہ بھی ممکن ہے کہ آپ خود اپنی زندگی سے محروم ہو جائیں۔ آپ تاریخ کے صفحہ سے حرف غلط کی طرح مٹا دیئے جائیں۔

جنسی طوفان اور نئی نسل

ڈاکٹر معین، راولپنڈی

یہ بے حیائی بلکہ بدکاری کی یلغار ہے جو ہمارے ملک پر ہوئی ہے اور یہ اخلاق کے قلعے کو مسمار کرتی چلی جارہی ہے۔ ہمیں اس یلغار کو روکنا ہے مگر ہم اس کے خلاف بات کرتے ہیں تو لوگ کہتے ہیں کہ یہ تو فحاشی ہے۔ اس طرح صورتحال یہ بن گئی ہے کہ فحاشی کی تباہ کاری کو ہم نے قبول کرلیا

ایک طوفان ہے جنسی بے راہ روی اور انحراف کا جس کی لپیٹ میں ہمارا نوجوان طبقہ آیا ہوا ہے۔ ایک تو انحراف اور بے راہروی کے برے اثرات ہیں جو جسمانی اور نفسیاتی تباہی کی طرف لے جاتے ہیں ان میں کچھ اور اثرات شامل ہو جاتے ہیں جو تباہی کے عمل کو مکمل کردیتے ہیں۔ میں متاثرہ نوجوانوں کو دہشت زدہ اور مایوس نہیں کرنا چاہتا لیکن میں اس حقیقت کو چھپا بھی نہیں سکتا، بعض افراد تباہی کے اس مقام تک جا پہنچتے ہیں جہاں سے واپسی تقریباً ممکن نہیں رہتی۔ جسمانی لحاظ سے تو ہم انہیں واپس نارمل حالت میں لاسکتے ہیں لیکن ان میں چونکہ نفسیاتی بگاڑ پیدا ہوگیا ہے اس لیے وہ جسمانی علاج کو قبول نہیں کرتے۔ وہ اپنے تجزیے خود کرتے رہتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ ڈاکٹروں کو کچھ بھی معلوم نہیں۔ میں اس کی کچھ مثالیں پیش کروں گا:

بعض کو آوازیں سنائی دیتی ہیں اور وہ اپنے آپ کو ان آوازوں کے تابع سمجھتے ہیں۔ وہ کوئی اچھا کام کرنے لگتے ہیں تو یہ آوازیں انہیں اس کام سے روکتی ہیں۔ ان آوازوں کو وہ حقیقی سمجھتے ہیں اور اپنے آپ کو انہی کے حوالے کردیتے ہیں۔

بعض اپنے آپ میں کسی انجانی طاقت یا پراسرار قوت کی موجودگی محسوس کرتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ان کا ہر قول اور فعل اس کے تابع ہے اسے وہ حقیقت سمجھتے ہیں۔

ایک اس مقام پر جا پہنچتے ہیں جہاں وہ اللہ کے وجود کے منکر ہو جاتے ہیں اور اپنی بہنوں کو تصوروں میں محبوبہ سمجھ لیتے ہیں۔ ان کی نگاہوں میں ان کی بہنیں سڑکوں پر گھومتی پھرتی عام سی لڑکیاں بن جاتی ہیں۔ وہ مذہبی، معاشرتی اور دیگر تمام اخلاقی ضابطوں سے باغی ہو جاتے ہیں۔

ایسے بھی ہیں جو مردانگی کو ترک کرکے عورت کا رول ادا کرنا پسند کرتے ہیں۔

ہمارے بعض قارئین شاید یہ تسلیم نہ کریں کہ میں نے جو کیس بیان کیے ہیں ان کا حقیقت کے ساتھ کچھ تعلق ہے میں آپ کو بتاتا ہوں کہ ایسے کیس آتے رہتے ہیں۔ یہ کیس کوئی عجوبہ نہیں۔ یہ ایک نفسیاتی مرض ہے جسے SCHIZOPHERANIA کہتے ہیں۔ اس مرض میں انسان حقیقت سے رشتہ توڑ کر تصورات کی دنیا میں چلا جاتا ہے اور تصورات کو حقیقت سمجھتا ہے۔

میں اس مضمون کو آگے چلانے سے پہلے ایک نہایت اہم بات کہنا چاہتا ہوں ہمارے معاشرے میں جنس کا صرف نام لینے کو ہی معیوب سمجھا جاتا ہے جبکہ اسلام نے تمام مسائل واضح طور پر بیان کیے ہیں اور یہ نئی نسل کا اپنے بزرگوں پر حق بھی ہے۔ آج ہمارے بزرگ اپنی اولاد کو رہنمائی دینے کو تیار نہیں جبکہ یہی کام میڈیا نے سنبھال لیا ہے جس کا نتیجہ یہ ہے کہ نوجوان نسل اس طوفان میں بہتی چلی جارہی ہے۔ جنس کے متعلق کوئی جائز اور فائدہ مند بات کرو تو اس پر اعتراض ہوتا ہے کہ یہ تو فحاشی اور عریانی ہے۔ ذرا غور فرمائیے کہ ہمارے ملک پر فحاشی اور عریانی کا کتنا شدید حملہ ہوا ہے۔ انگریزی کے ننگے رسالے اور فحاشی سے بھرپور ناول دھڑا دھڑ ہمارے ملک میں آرہے ہیں اور نوجوان طبقے میں مقبول ہوچکے ہیں۔

فلموں کی جو بھرمار ہے وہ آپ سب دیکھ رہے ہیں فلم بینی کو تو غذا کا درجہ حاصل ہوگیا ہے جیسے اس کے بغیر زندہ رہنا ناممکن ہو فلمیں چونکہ گھروں میں دیکھی جاتی ہیں اور چھوٹے بڑے، مرد عورتیں باپ بیٹی اکٹھے بیٹھ کر دیکھتے ہیں اس لیے گھروں سے شرم اور حجاب نکل گیا ہے اور اس کی جگہ رومان پرستی آگئی ہے اور یہیں سے ذہنی لذت کی عادت شروع ہوئی۔ اس کا قدرتی نتیجہ جو سامنے آیا ہے اسے روکا نہیں جاسکتا۔ یہ ہے خود لذتی۔

اخباروں میں عورتوں کی رنگین تصویریں اور اشتعال انگیز پوز لڑکوں کو ہی ذہنی طور پر خراب نہیں کرتے بلکہ لڑکیوں پر ان کا بہت برا اثر ہوتا ہے۔ ذہنی لذت پرستی کے یہ تمام سامان ہماری نوجوان نسل کو مغربی ممالک کے مادر پدر آزاد معاشرے کے رنگ میں رنگ چکے ہیں۔

یہ بے حیائی بلکہ بدکاری کی یلغار ہے جو ہمارے ملک پر ہوئی ہے اور یہ اخلاق کے قلعے کو مسمار کرتی چلی جارہی ہے۔ ہمیں اس یلغار کو روکنا ہے مگر ہم اس کے خلاف بات کرتے ہیں تو لوگ کہتے ہیں کہ یہ تو فحاشی ہے۔ اس طرح صورتحال یہ بن گئی ہے کہ فحاشی کی تباہ کاری کو ہم نے قبول کرلیا لیکن اس کے خلاف مورچہ بندی کا ذکر آتا ہے تو ہمیں کوئی ایسا لفظ بھی لکھنے کی اجازت نہیں جو فحاشی کے زمرے میں آتا ہو۔ اس کا مطلب یہ ہوا کہ ذہنی لذت پرستی پھلتی پھولتی رہے گی مگر اس کا یا اس کے اثرات کا ذکر نہ آئے۔ دوسرے لفظوں میں یوں کہہ لیں کہ دشمن کی یلغار کو روکیں لیکن تلوار ہاتھ میں نہ لیں۔

میں اپنا فرض سمجھتا ہوں کہ اپنی نوجوان نسل کو اس تباہی سے بچاؤں لیکن یہاں تو یہ صورت پیدا ہوگئی ہے کہ بات پردے میں کرنے کی پابندی لگی ہوئی ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ نوجوان پردے پردے میں تباہ ہورہے ہیں۔ نہ ان کے والدین ان کیلئے کچھ کرتے ہیں نہ سکولوں اور کالجوں کے اساتذہ۔ کسی بھی باپ سے اس کے نوجوان بیٹوں اور بیٹیوں کی پرائیویٹ زندگی کے متعلق پوچھو تو وہ ان کے چال چلن کی تعریف کرتا اور کہتا ہے کہ میری اولاد کے خیالات اتنے گندے نہیں۔

یہ حضرات اپنے آپ کو خوش فہمی میں مبتلا کیے رکھتے ہیں۔ یہی وہ حضرات ہیں جو جنسی جبلت کے متعلق تعمیری بات سن کر بھی کہتے ہیں کہ تو بڑی ننگی باتیں ہیں لیکن عملاً جو تباہی پھیل رہی ہے میں اس کی بات کروں گا۔ میرے پیش نظر وہ نوجوان لڑکے اور لڑکیاں ہیں جنہوں نے قومی آزادی کا اور ملک کے وقار کا دفاع کرنا ہے۔ ان کے والد صاحبان کی اَنا اور جھوٹے وقار کے ساتھ مجھے کوئی دلچسپی نہیں۔

جب تک والدین اپنی اولاد کی تربیت کیلئے وقت نہیں نکالیں گے اور اساتذہ اپنے طالب علموں کو اپنی اولاد نہیں سمجھیں گے تب تک ہماری نوجوان نسل جنسی بے راہ روی کے سیلاب میں بہتی چلی جائے گی اور تمام والدین یہ سوچ کر مطمئن ہوتے رہیں گے کہ ہمارے بچے ایسے نہیں ہیں۔

معاشرے کے اس پھیلتے ہوئے اس ناسور کے آگے بند باندھنے کا سب سے بہترین ذریعہ یہی ہے کہ ہم اپنی اولاد کو دین کے راستے پر چلائیں اور خود مناسب انداز میں ان کے جسمانی تبدیلیوں اور جذباتی پہلوؤں سے متعلق آگاہ کریں

بدنگاہی کے جسم پر اثرات

نگاہیں جس جگہ جاتی ہیں وہیں جمتی ہیں۔پھران کا اچھااور برا اثر اعصاب و دماغ اور ہارموز پر پڑتا ہے۔شہوت کی نگاہ سے دیکھنے سے ہارموزی سسٹم کے اندرخرابی پیدا ہوجاتی ہے کیونکہ ان نگاہوں کا اثر زہریلی رطوبت کا باعث بن جاتا ہے

جدیدفرنگی تہذیب کی یہ سوچ ہے کہ دیکھنے سے کیا ہوتا ہے صرف دیکھا ہی تو ہے یہ کون ساغلط کام کیا ہےتو کیا ہم نے کبھی یہ سوچا ہے کہ اچانک اگر شیر سامنے آجائےتو آدمی صرف دیکھ لےتو صرف دیکھنے سے جان پر کیا بنتی ہے۔سبزہ اور پھول صرف دیکھے جاتے ہیں تو پھران کے دیکھنے سے دل مسروراور مطمئن کیوں ہوتا ہے۔

زخمی اورلہولہان کوصرف دیکھتے ہی تو ہیں لیکن پریشان' غمگین اوربعض بے ہوش ہوجاتے ہیں' آخر کیوں؟

الغرض نگاہیں جس جگہ جاتی ہیں وہیں جمتی ہیں۔پھران کا اچھا اور برا اثر اعصاب و دماغ اور ہارموز پر پڑتا ہے۔شہوت کی نگاہ سے دیکھنے سے ہارموزی سسٹم کےاندرخرابی پیدا ہوجاتی ہے کیونکہ ان نگاہوں کا اثر زہریلی رطوبت کا باعث بن جاتا ہےاور ہارموزی گلینڈرایسی تیز اورخلاف جسم زہریلی رطوبتیں خارج کرتے ہیں جس سے تمام جسم درہم برہم ہوجاتا ہےاور آدمی بےشمارامراض وعلل میں مبتلا ہوجاتا ہے۔

واقعی تجربات کے لحاظ سے یہ بات واضح ہے کہ نگاہوں کی حفاظت نہ کرنے سے انسان ڈپریشن' بے چینی اور مایوسی کا شکار رہتا ہے جس کا علاج ناممکن ہے کیونکہ نگاہیں انسان کے خیالات اور جذبات کومنتشر کرتی ہیں ایسی خطرناک پوزیشن سے بچنے کیلئے صرف اورصرف اسلامی تعلیمات کا سہارالیناپڑتا ہے۔

بعض لوگوں کے تجربات بتاتے ہیں کہ صرف تین دن نگاہوں کوشہوانی آورمحرکات' خوبصورت چہروں اورعمارتوں میں لگائیں تو صرف تین دن کے بعدجسم میں درد' بے چینی' تکان' دماغ بوجھل بوجھل اورجسم کے عضلات کھنچے جاتے ہیں اگر اس کیفیت کودورکرنے کیلئے سکون آوراودیات بھی استعمال کی جائیں تو کچھ وقت کیلئے سکون اورپھر وہی کیفیت۔آخر اس کا علاج نگاہوں کی حفاظت ہے۔

بہرحال مردوں اورعورتوں کو عفت اور پاک دامنی حاصل کرنے کیلئے بہترین علاج اپنی نظروں کو جھکانا ہے خاص طور پراس معاشرےاورگندے ماحول میں بےشرمی اوربےحیائی اس قدرعام ہے کہ نظروں کومحفوظ رکھنا بہت ہی مشکل کام ہے۔اس سے بچنے کیلئے ظاہری وعملی شکل تو یہی ہے جوقرآن نےہمیں بتائی کہ چلتے پھرتے اپنی نگاہوں کو پست رکھیں اور دل کے اندراللہ کا خوف ہو کہ اللہ مجھے دیکھ رہا ہے جس قدر اللہ تعالیٰ کا خوف زیادہ ہوگا اتنا ہی حرام چیزوں سے بچنا آسان ہوگا۔حدیث پاک میں ارشاد ہے کہ آنکھیں زنا کرتی ہیں اوران کا زنا دیکھنا ہے۔

بدنظری کے طبی نقصانات: ایک بدنظری سے کئی مرض پیدا ہوجاتے ہیں اگرچہ ایک سیکنڈ کی بدنظری ہودل کوضعف ہوجاتا ہے۔فوراً کشمکش شروع ہوجاتی ہے کہ نہیں؟ کبھی ادھر دیکھتا ہے کبھی ادھر دیکھ رہا ہےکوئی دیکھ تو نہیں رہا اس کشمکش سے قلب میں ضعف پیدا ہوتا ہے اور گندے خیالات سے مثانے کے غدود متورم ہوجاتے ہیں جس سے اس کوباربارپیشاب آنے لگتا ہےاوراعصاب ڈھیلے ہوجاتے ہیں جس سے دماغ کمزوراور نسیان پیدا ہوجاتا ہے۔ہرعصیان سبب نسیان ہےاللہ تعالیٰ کی ہرنافرمانی سےقوت دماغ اورحافظہ کمزورہوجاتا ہے۔بھول کی بیماری پیدا ہوجاتی ہےاوراس کا علم بھی ضائع ہوجاتا ہےاور گردے بھی کمزورہوجاتے ہیں سارے اعصاب کمزور ہوجاتے ہیں۔یوں سمجھ لیجئے کہ زلزلے میں کیا ہوتا ہے جب کہیں زلزلہ آتا ہےتو عمارت کمزورہوجاتی ہے یانہیں؟ گناہ نفس وشیطان کی طرف سے زلزلہ ہوتا ہے جواپنے آپ کوگناہ سے بچاتے ہیں۔اچانک نظر پڑی اورفوراً ہٹالی تو بھی دل میں زلزلہ آتا ہے جھٹکا لگتا ہے مگرگناہ کرنے کے زلزلے پرلعنت برستی ہےاوراللہ تعالیٰ کی طرف سےعذاب کے جھٹکے لگتے ہیں۔

سنت نبویؐ اورجدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اورجدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

کھانسی' نزلہ وزکام دفع دور

نزلہ وزکام اورکھانسی بھی ساتھ ہوتو ایک میٹھا مزے والا نسخہ پیش خدمت ہے۔ایک دیسی انڈا توڑکرایک پیالی میں ڈالیں اس میں ایک چمچ چینی ڈال کرخوب پھینٹیں۔اس کے بعدکھولتا ہوا دودھ اس میں ڈال دیں اور چمچ سے ہلائیں۔نیم گرم پی لیں۔انشاءاللہ نزلہ وزکام کیساتھ کھانسی بھی بھاگ جائیگی۔ تین دن تک یہ نسخہ استعمال کریں۔**(محمد فاران ارشد مظفرگڑھ)**

روحانی کیفیات

ایک بہن

میں نے دیکھا ایک بہت ہی حسین وادی میں درختوں کے سائے تلے بیٹھی قرآن پاک کی تلاوت کررہی ہوں

السلام علیکم حضرت حکیم صاحب!عرض خدمت ہے کہ میں اس سے پہلے بھی ایک مرتبہ خط لکھ کراپنا خواب بیان کیا تھا جس میں مجھے حضورﷺ کی زیارت مبارک نصیب ہوئی تھی۔تعبیر کے جواب میں آپ نے کہا تھا'' آپ کے اندرروحانیت کا سمندر ہے''اس کے بعدآپ نے سوالاکھ لَاحَوْلَ وَلَاقُوَّۃَ اِلَّابِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ کاوردکرنے کوکہاجس کے بعدآپ نے مزید 2 باراورسوالاکھ کرنے کوکہا جوخواب بیان کرنے جارہی ہوں وہ دوسری مرتبہ سوالاکھ شروع کرنے کے بعد پہلی رات دیکھا۔ خواب دیکھنے کےفوراًبعدمیری آنکھ کھلی تو تہجد کا ٹائم تھااورمیں نے تہجد کےنفل ادا کیے۔اب خواب عرض خدمت ہے:۔

میں نے دیکھا ایک بہت ہی حسین وادی میں درختوں کے سائے تلےبیٹھی قرآن پاک کی تلاوت کررہی ہوں اورمیرے سرپرسبزاوڑھنی ہے۔بارش کی ہلکی ہلکی بوندابا ندی ہے جومجھ پر بھی پڑرہی ہے۔دن بھی بہت پرسکون اورخوبصورت ہے۔ اتنے میں میرے ابوکی صرف آواز پیچھے کی طرف سےآتی ہے کہ ایک تو بارش بہت زیادہ ہوگئی ہے۔(یہ الفاظ کچھ اس طرح کہے جیسے ناشکری کررہے ہوں)میرے بالکل سامنے بہت بڑا پہاڑ ہے۔اس پہاڑ کا ایک حصہ لفٹ کے دروازے کی طرح آگے سے ہٹ جاتا ہےاس پہاڑ کے اندر 3 پورشن ہیں جن میں وہ قومیں ہیں جن پر بارش عذاب بن کرنازل ہوئی۔ نیچے دوحصوں میں کون سی قومیں ہیں وہ پتہ نہیں۔مگرسب سے اوپروالی قوم حضرت شعیب علیہ السلام کی ہے جواس قوم پر عذاب آیا پورا دیکھا بہت بھیانک عذاب کے بعدجب آندھی طوفان بجلی کی کڑک' چیخ وپکار سب تھم گیا۔تو ایک ندا آئی (ہے کوئی باقی تو سامنے آئے)اس وقت میں قرآن پاک میں وہی آیت پڑھ رہی ہوتی ہوں عربی میں۔جبکہ ندا عربی اورپھر اردو دونوں زبانوں میں میں سنتی ہوں جیسے مجھے سمجھانے کیلئے اردو میں کہا گیا ہو۔پھر پہاڑ سرک کرآگے آجاتا ہے جیسے دروازہ بندکردیا گیا ہو۔میرے اوپر اسی طرح پھوار پڑرہی ہے اور میں قرآن پاک پڑھ رہی ہوں۔

پھر ایک اورندا آتی ہےعربی اورپھر اردو میں جو کہ میں قرآن پاک میں پڑھ بھی رہی ہوں **(بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)**

شادیاں نہ ہونے کی وجہ

ام مریم

لڑکیاں خود اور ان کے والدین رشتہ کرتے ہوئے لڑکوں کے بارے میں معیار اتنا اونچا رکھے ہیں کہ اس معیار کے لڑکے ملنا محال ہو جاتے ہیں اور دوسری طرف خود لڑکے اور لڑکوں کے والدین لڑکیوں کے معاملے میں اس قدر باریک بین ہو جاتے ہیں کہ کوئی لڑکی ان کی نگاہ میں جچتی ہی نہیں

ایک بچوں کی کہانیوں کی کتاب میں کبھی ایک خرگوش کی کہانی پڑھی تھی۔ وہ کہانی لکھی تو بچوں کیلئے گئی تھی مگر اس میں جو سبق دیا گیا تھا وہ بچوں سے زیادہ بڑوں کیلئے مفید ہے۔

میاں خرگوش بڑے اداس تھے کیونکہ ان کا بیٹا کہیں شادی کرنے کو تیار نہیں تھا۔ ایک دن میاں خرگوش نے اپنے بیٹے کو بلایا اور کہا بیٹا میں بہت اداس ہوں کیونکہ تم کہیں شادی نہیں کرتے ہو۔ مجھے اس بات کا بے حد دکھ ہے‘ تم بن بیاہے پھرتے ہو۔ بیٹے نے جواب دیا ابا جان میں نے اس مسئلے پر بے حد غور کیا ہے اور میں آپ کو یقین دلاتا ہوں کہ میں ایک نہ ایک دن ضرور شادی کرلوں گا۔ مگر فی الحال ممکن نہیں۔ خرگوش نے کہا کیوں ممکن نہیں۔ بیٹے نے جواب دیا اس لئے کہ مجھے اپنی پسند کی بیوی نہیں ملتی۔ خرگوش نے پوچھا وہ کیسے؟ بیٹے نے جواب دیا پہلے میں نے سوچا تھا کہ کچھوے کی بیٹی سے شادی کرلوں۔ وہ بہت عقلمند ہے وہ اچھی طرح گھر چلائے گی۔ مگر پھر مجھے معلوم ہوا وہ تو جھوٹ بولا کرتی ہے اس لئے اس کا خیال چھوڑ دیا۔ خرگوش نے کہا ہوں۔

بیٹے نے کہا پھر مجھے خیال آیا کہ سانپ کی بیٹی سے شادی کرلوں وہ لہرا لہرا کر چلتی ہے‘ دل کو بھاتی ہے مگر پھر مجھے معلوم ہوا کہ وہ تو آئے دن نئے نئے کپڑے بدلتی ہے۔ ایک کپڑا ذرا پرانا ہوا تو جھٹ اتار پھینکا اور دوسرا جوڑا پہن لیا۔ اگر میں اس سے شادی کر لیتا تو وہ ہر روز نئے نئے کپڑوں کا مطالبہ کرتی رہتی چنانچہ میں نے اس کا خیال بھی جانے دیا۔ خرگوش نے کہا ہوں۔ بیٹا بولا پھر میں نے سوچا کہ چیتے کی بیٹی سے شادی کرلوں مگر پھر مجھے معلوم ہوا وہ تو بے حد غصیلی ہے چنانچہ میں نے اس کا خیال بھی چھوڑ دیا۔ خرگوش نے کہا اچھا‘ بیٹا بولا پھر میں نے سوچا دریائی گھوڑے کی بیٹی سے شادی کرلوں وہ بہت مہربان نظر آتی ہے۔ وہ ایک اچھی بیوی ثابت ہوگی مگر بعد میں مجھے پتہ چلا وہ تو بے وقوف ہے بس میں نے اس کا خیال بھی چھوڑ دیا۔ خرگوش نے کہا پھر‘ بیٹا بولا پھر میں نے سوچا کہ لگڑبگڑ کی بیٹی سے شادی کرلوں وہ بہت چالاک ہے اور چلتی پھرتی اچھی لگتی ہے۔ مگر مجھے پتہ چلا وہ تو بے حد مکار ہے۔ بس میں نے اس پر بھی صبر کرلیا۔ خرگوش نے کہا پھر‘ بیٹا بولا بس یہی وجہ ہے کہ میں آج تک شادی نہ کرسکا۔ اب میں اس انتظار میں ہوں کہ مجھے کوئی ایسی بیوی مل جائے جو عقلمند بھی ہو‘ خوبصورت بھی ہو‘ چست و چالاک بھی ہو‘ مہربان طبیعت بھی رکھتی ہو گھر بھی اچھی طرح چلائے‘ مکاری بھی نہ کرے‘ جھوٹ بھی نہ بولے‘ غصے میں بھی نہ آئے اور نئے نئے کپڑے بھی نہ مانگا کرے۔ خرگوش نے کہا میرے بیٹے پھر بس صبر کرکے بیٹھ جاؤ کیونکہ تم کبھی بیاہے نہیں جاسکو گے۔

ہماری سوسائٹی میں آج کل رشتے کرنے کے معاملے میں معیار عموماً اتنا اونچا رکھا جاتا ہے کہ خرگوش کے اس باریک بین بیٹے کی طرح بہت سا نوجوان طبقہ بن بیاہے بیٹھا رہتا ہے۔ یہاں تک کہ مناسب عمریں گزر جاتی ہیں اور اپنے پیچھے بے شمار پیچیدگیاں چھوڑ جاتی ہیں۔ لڑکیاں خود اور ان کے والدین رشتہ کرتے ہوئے لڑکوں کے بارے میں معیار اتنا اونچا رکھے ہیں کہ اس معیار کے لڑکے ملنا محال ہو جاتے ہیں اور دوسری طرف خود لڑکے اور لڑکوں کے والدین لڑکیوں کے معاملے میں اس قدر باریک بین ہو جاتے ہیں کہ کوئی لڑکی ان کی نگاہ میں جچتی ہی نہیں۔ اس چھان بین کی وجہ سے وقت گزرتا چلا جاتا ہے یہاں تک کہ شادی کی مناسب عمریں گزر جاتی ہیں اور عمریں زیادہ ہو جانے کے باعث اچھا رشتہ ملنا اور بھی زیادہ مشکل ہو جاتا ہے۔

یہ بات اپنی جگہ بالکل درست ہے کہ اولاد بے حد عزیز ہوتی ہے کہ سب والدین یہی چاہتے ہیں کہ بہتر سے بہتر رشتہ ملے۔ مگر خدا نے عقل بھی اسی لئے دی ہے کہ اس سے کام لیا جائے۔ اولاد کی شادی کے سلسلے میں معیار کو بہت زیادہ بڑھالینا بعض اوقات خود اولاد کیلئے مضر ثابت ہوتا ہے۔ معیاری رشتے تلاش کرتے کرتے اعلیٰ رشتے بھی ہاتھ سے نکل جاتے ہی اور وقت گنوا کے پھر معمولی رشتے پہ قناعت کرنا پڑتی ہے۔ ایسی بہت ساری مائیں آپ کو ملیں گی جو اس غم میں گھلی جارہی ہیں کہ ان کی بیٹیوں کے رشتے نہیں ہو رہے مگر کسی صورت میں اپنے معیار کو کم کرنے کو تیار نہیں ہیں۔ لڑکے پڑھے لکھے ہوں۔ اعلیٰ عہدوں پر بھی فائز ہوں۔

اخلاق و عادات کے بھی اچھے ہوں۔ طور طریقے بھی عمدہ رکھتے ہوں۔ شکل و صورت بھی غیر معمولی ہو۔ اچھے خاندانوں سے بھی تعلق رکھتے ہوں‘ وغیرہ وغیرہ۔ اب ظاہر ہے ایسے بہت کم انسان ہوں گے جن میں یہ تمام صفات جمع ہوں۔ شادی کو خدا نے اخلاق اور ایمان کی حفاظت کا ذریعہ بنایا ہے۔ اس لئے اس کو بھاری بھرکم اور مشکل بنانے کی بجائے آسان بنانے کی کوشش کرنی چاہیے۔ الٹی سیدھی ہندوانہ رسوم کی پابندی کرنا اور رشتے کے معیار کو بہت زیادہ بڑھا لیتے ہیں ہر کام مشکل سے مشکل ہوتا چلا جارہا ہے۔ جتنا یہ مشکل ہوتا جارہا ہے اتنے ہی طبقے کے اخلاق اور ایمان کے خطرے میں پڑنے

جگر کی تمام بیماریاں ختم

ہر قسم کی جگر کی بیماری کیلئے‘ جگر کی کمزوری ہو یا ہیپا ٹائٹس اے بی سی کیلئے یکساں مفید۔ یہ نسخہ میرے ایک دوست نے عبقری کیلئے بتایا ہے۔ انہوں نے یہ کئی لوگوں پر آزمایا ہے۔ اول آخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ اور درمیان میں 41 دفعہ سورۃ البینہ (پارہ 30) پڑھ کر پانی پر دم کرکے پیتے رہیں ان شاء اللہ تعالیٰ جگر کی تمام بیماریاں ختم ہو جائینگی۔

(عدیل‘ ملتان)

رزق حلال کی فضیلت

حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ارشاد ہے کہ کسی مسلمان کو زیبا نہیں کہ تلاش رزق میں بیٹھ جائے اور دعا کرے کہ اے اللہ مجھے رزق دے۔ تم جانتے ہو کہ آسمان سے سونا چاندی نہیں برستا' اس لیے اپنے رزق کو تلاش کر کے حاصل کیا کرو۔

کتابت رزق حلال ہے

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے کتابت قرآن مجید کے متعلق پوچھا گیا تو فرمایا کوئی مضائقہ نہیں' کیونکہ وہ الفاظ کی صورتیں بناتے ہیں اور بے شک وہ اپنے ہاتھوں کی کمائی کھاتے ہیں۔ (رزین)

رزق کی قدر کرو

حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا فرمان ہے کہ رزق کی قدر کرو' اللہ اس میں برکت دے گا۔ اللہ کے دیئے ہوئے رزق میں سے پاک صاف رزق کھاؤ اور اسی پر بھروسہ رکھو۔

رزق کی تلاش

حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ارشاد ہے کہ کسی مسلمان کو زیبا نہیں کہ تلاش رزق میں بیٹھ جائے اور دعا کرے کہ اے اللہ مجھے رزق دے۔ تم جانتے ہو کہ آسمان سے سونا چاندی نہیں برستا' اس لیے اپنے رزق کو تلاش کر کے حاصل کیا کرو۔

حضرت علیؓ کا ارشاد

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ارشاد ہے کہ جہاں سے اجل آتی ہے وہیں سے رزق آتا ہے۔ صدقے کے ذریعے اپنے رزق کو اتارو۔ ایک اور مقام پر ارشاد فرمایا کہ اے فرزند آدم! آنے والے دن کی فکر نہ کر کیونکہ اس دن اگر تیری زندگی ہے تو خدا تیرا رزق بھی اسی کے ساتھ لائے گا۔

رزق دو طرح کا ہے

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ رزق دو طرح کا ہوتا ہے۔ طالب اور مطلوب' جو دنیا کو طلب کرتا ہے اس کو موت ڈھونڈتی ہے۔ یہاں تک کہ وہ دنیا سے نکل جاتا ہے اور جو آخرت کو تلاش کرتا ہے اسے دنیا ڈھونڈتی ہے حتیٰ کہ اس کی روزی اسے مل جاتی ہے۔

محتاجوں کی روزی

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا کہ خدا نے سرمایہ داروں کے مال میں محتاجوں کی روزی رکھی ہے اگر کوئی فقیر بھوکا رہتا ہے تو اس کی وجہ یہ ہے کہ دولت مند نے اسے محروم رکھا۔ خدائے بزرگ ان لوگوں سے اس کا جواب طلب کریگا۔

کسب معاش میں اچھا راستہ

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے ترغیب دی ہے کہ اللہ دنیا سے جو کچھ دے وہ لے لو۔ جو تم سے منہ پھیرے تم بھی ادھر نہ دیکھو۔ اگر یہ نہ کرو تو کسب معاش میں اچھا راستہ اختیار کرو۔

اللہ کی راہ کا اصول

حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ارشاد ہے کہ جس شخص کو اللہ تعالیٰ جتنا زیادہ رزق عطا فرمائے اسے چاہیے کہ اللہ کی راہ میں اتنا ہی زیادہ رزق استعمال میں لائے۔

حضرت عثمان غنیؓ کی نصیحت

حضرت عثمان غنی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے لوگوں کو نصیحت کی کہ لوگوں اللہ تعالیٰ سے ڈرو اور کثرت رزق کے فتنے میں پڑنے سے اپنے آپ کو بچاؤ۔ حقیقتاً دنیا اور دنیا کی دولت بیکار ہے۔

فکر روزی پر حضرت علیؓ کا قول

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے کیا خوب فرمایا: (اے انسان) تو اللہ تعالیٰ کا رزق غیر اللہ سے طلب کرتا ہے اور انجام کے خوف سے بے فکر ہے۔

تو ایک صراف یعنی دنیا دار' اگرچہ وہ مشرک ہو' کی ضمانت پر راضی ہے اور اللہ تعالیٰ کو ضامن ماننے پر راضی نہیں ہے۔

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا طرز عمل

حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ زندگی کے اعمال و فرائض میں پاک روزی حاصل کرنے اور سچ بولنے کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ اگر کوئی عابد اس قدر عبادت کرے کہ اس کی پیٹھ مثل کمان کے جھک جائے اور اس قدر روزے رکھے کہ مانند تیر کے لاغر ہو جائے۔ قسم ہے اللہ رب العزت کی کہ نہ نفع دیگی اس کو اس قدر عبادت اور مشقت' جب تک کہ وہ حلال روزی تلاش نہ کرے اور جب تک وہ سچ بولنا اختیار نہ کرے۔ سوچنے کی بات یہ ہے کہ وہ شخص کس قدر فریب کار ہے جو لوگوں کو دکھانے کیلئے عبادت کرتا ہے اور مکر و فریب اور جور و ستم کے ساتھ روزی حاصل کرتا ہے اور صبح سے شام تک بے دریغ جھوٹ بولتا ہے۔ کیا ایسے شخص کو کسی وقت بھی رضائے حق' اخلاص' لطافت' طبع' رقت قلب' لطافت روح اور اثر پذیری کی نعمت حاصل ہو سکتی ہے اور کیا اس شخص کی پند و موعظت' تعلیم و تربیت اور ارشاد و ہدایت میں کوئی اثر پیدا ہو سکتا ہے؟

ماں کی دعا

ہمشیرہ احمد شاہ

میں وہ پھل کھا لیتا ہوں اور پانی پی لیتا ہوں جب میرا پیٹ بھر جاتا ہے تو پھر وہ درخت خود ہی غائب ہو جاتا ہے

ایک مرتبہ حضرت سلیمان علیہ السلام اپنے لشکر کیساتھ ہوا میں اڑتے ہوئے جارہے تھے نیچے گہرا سمندر تھا۔ سمندر میں خطرناک موجیں اٹھ رہی تھیں۔ حضرت سلیمان علیہ السلام نے ہوا کو حکم دیا تو وہ پھیل گئی' جنات کو سمندر میں غوطہ لگا کر اندر کی حالت معلوم کرنے کیلئے بھیجا جب وہ واپس آئے تو بتایا کہ نیچے سمندر میں ایک موتیوں کا بنا ہوا قبہ ہے اور اسکا کوئی دروازہ بھی نہیں ہے۔

آپ نے حکم دیا کہ اس کو باہر لے کر آؤ جنات اس کو سمندر سے نکال لائے اور حضرت کے سامنے رکھ دیا جس کو دیکھ کر وہ بہت حیران ہوئے اور اللہ رب العزت سے دعا مانگی جس سے قبہ کا دروازہ کھل گیا۔

حضرت سلیمان علیہ السلام نے قبہ کے اندر ایک نوجوان کو دیکھا جو اللہ پاک کی عبادت کر رہا تھا۔

حضرت نے اس نوجوان سے پوچھا "تم فرشتے ہو یا جن ہو؟"

اس نے کہا نہ میں فرشتہ ہوں نہ جن بلکہ میں انسان ہوں۔

حضرت نے سوال کیا اس قبہ میں تمہیں کھانا وغیرہ کیسے ملتا ہے۔

نوجوان نے کہا جب مجھے بھوک لگتی ہے تو پتھر سے ایک درخت نکلتا ہے اس درخت پر ایسا پھل لگتا ہے جس میں دودھ سے زیادہ سفید شہد سے زیادہ میٹھا اور برف سے زیادہ ٹھنڈا پانی ہوتا ہے۔

میں وہ پھل کھا لیتا ہوں اور پانی پی لیتا ہوں جب میرا پیٹ بھر جاتا ہے تو پھر وہ درخت خود ہی غائب ہو جاتا ہے پھر حضرت سلیمان علیہ السلام نے پوچھا کہ "تمہیں اس میں دن اور رات کا کیسے پتہ چلتا ہے؟" نوجوان نے عرض کیا حضرت! مجھے یہ بزرگی اپنی ماں کی خدمت اور ان کے ساتھ اچھا برتاؤ کرنے کی وجہ سے حاصل ہوئی ہے۔ میں اپنی بوڑھی ماں کو کمر پر اٹھائے رکھتا تھا اور وہ میرے لیے یہ دعا مانگتی تھی۔

"اے میرے معبود تو اس کو نیک بخت بنا میرے مرنے کے بعد اس کو ایسی جگہ پر ٹھہرا جو نہ زمین میں نہ ہی آسمان میں اور ماں کے فوت ہو جانے کے بعد ایک دن میں سمندر کے کنارے گھوم رہا تھا تو مجھے سفید موتی کا ایک چمکدار قبہ نظر آیا جب میں اس کے قریب گیا تو اس کا دروازہ کھل گیا اور میں اس کے اندر چلا گیا اور پھر دروازہ بند ہو گیا مجھے نہیں معلوم کہ اب میں زمین ہوں یا آسمان میں یا پھر کھلی ہوا میں اسی میں رزق مل جاتا ہے پھر حضرت نے دعا فرمائی اور وہ قبہ سمندر میں چلا گیا۔

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

کاروباری انتظام | خاندان | رشتہ نہیں مل رہا | غصے کی آگ | شک کے سائے

قارئین! جب دینی زندگی پرخزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جسکا معاوضہ دعا ہے۔ برائے کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں ←

کاروباری انتظام

ہماری کئی دکانیں ہیں لیکن بہت سے مسائل ایسے ہیں جو ختم ہونے کا نام نہیں لیتے۔ پیسے آتے ہیں لیکن نہ جانے کہاں خرچ ہوجاتے ہیں۔ گذشتہ قرضہ اتارنے کی بہت کوشش کی لیکن قرض جوں کا توں ہے۔ ہم ایمانداری سے کام کرتے ہیں لیکن پریشانیاں پھر بھی درپیش ہیں۔ جس کام میں ہاتھ ڈالتے ہیں وہ کام نہیں ہوتا۔ ایک مسئلہ ختم نہیں ہوتا کہ دوسرا شروع ہوجاتا ہے۔ بہنوں کے رشتوں کی بات طے نہیں ہوتی۔ مہینے کے آخری دنوں میں دکان خالی ہوجاتی ہے لیکن پیسوں کا حساب نہیں ہوتا۔ کئی طرف سے مشکلات میں اضافہ ہورہا ہے۔ **(ناصر علی)**

مشورہ: آپ کے خط کی بعض باتیں یہ کہنے پر مجبور کررہی ہیں کہ آپ اپنے کاروبار کے معاملات کے اچھے انتظام اور جانچ پڑتال پر توجہ دیں۔ کسی تجربے کار شخصیت سے بھی مشورہ کرلیں۔ عملی اقدامات کے ساتھ نماز فجر کے بعد اول آخر تین' تین بار درود شریف کے ساتھ سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19 پڑھ کر بارگاہ ایزدی میں دعا کیا کریں۔ صدقہ وخیرات بھی کیا کریں۔

خاندان

ہم چھ بہن بھائی ہیں۔ ایک بھائی اور ایک بہن کی شادی ہوچکی ہے۔ بڑے بھائی جن کی دو بیٹیاں ہیں' بیروزگار ہیں۔ والدین سے بھی الجھتے رہتے ہیں۔ بھابی کا مزاج بھی سخت ہے۔ ہمارے گھر کے مالی حالات بھی خراب ہیں۔ والد اور بھائی کے کام ایسے ہیں کہ جن سے نہایت قلیل آمدنی ہوتی ہے۔ معاشی تنگی کی وجہ سے ہم بہنوں کی تعلیم پر بھی برا اثر پڑ رہا ہے۔ **(افروز۔ ڈیرہ غازیخان)**

مشورہ: آپ کے گھر کا کوئی بھی فرد روزانہ نماز عشاء کے بعد ایک بار سورۂ صٓ پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کرے۔ یہ عمل چالیس دن تک جاری رکھیں۔

گھر میں بہار

شادی کو تین سال ہوچکے ہیں لیکن اولاد کی تمنا پوری نہیں ہوئی ہے۔ دو مرتبہ امید پیدا ہوئی لیکن بار آور نہ ہوسکی۔ **(طاہرہ۔ ساہیوال)**

مشورہ: نماز فجر کے بعد سورۂ یٰسین چالیس روز پڑھ کر دعا کریں اور نماز عشاء کے بعد سورۂ مریم نوے دنوں تک پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اولاد کی نعمت کا سوال کیا کریں۔ ظاہری اسباب کی تکمیل کا خانہ بھی پورا کریں یعنی جسمانی وطبی معائنہ کرائیں اور علاج بھی کرائیں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ جلد اپنا فضل وکرم فرمائیں۔

رشتہ نہیں مل رہا

میری عمر تیس سال سے اوپر ہوگئی ہے۔ ملازمت پیشہ ہوں۔ میری شادی کی کئی سالوں سے بات چل رہی ہے لیکن کوئی فیصلہ نہیں ہوتا۔ کوئی مناسب رشتہ بھی نہیں مل رہا ہے۔ کبھی تو یوں محسوس ہوتا ہے کہ رشتہ ہوگا بھی یا نہیں۔ **(محمد ارشد)**

مشورہ: نصف رات کے بعد دو رکعت نفل پڑھ کر اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک بار سورۂ فاتحہ اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اچھے رشتے کیلئے دعا کیا کریں۔ دعا کو پوری یکسوئی کے ساتھ کئی بار دہرائیں۔ یہ عمل تین ہفتے کیا جائے۔

غصے کی آگ

میرے بھائیوں اور والد میں غصہ بہت ہے۔ بھائی ذرا سی بات پر ایک دوسرے سے الجھ پڑتے ہیں ہر شخص اپنی بات پر زور دیتا ہے۔ **(عالیہ)**

مشورہ: نماز فجر کے بعد سورۂ رحمٰن مناسب بلند آواز سے پڑھا کریں اور پھر گھر کے افراد جس جگہ سے پانی پیتے ہیں اس پر دم کردیا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اپنا فضل وکرم فرمائیں۔

نامعلوم ہستی

ہمیں رات کے وقت یوں محسوس ہوتا ہے کہ کوئی دوسرے کمرے میں چل رہا ہے یا پھر لوگوں کو یوں لگتا ہے کہ کوئی برآمدے میں سے گزر کر گیا ہے۔ یہ بات میں نے نہیں گھر کے دوسرے افراد نے بھی محسوس کی ہے۔ بعض لوگ اسے شک وہم قرار دیتے ہیں لیکن بہت سے لوگ اسے آسیب بتاتے ہیں ہم ڈرتے ہیں کہ کوئی نقصان نہ ہوجائے۔ **(شمسہ۔ لاہور)**

مشورہ: نقصان ڈر خوف سے ہوتا ہے' ڈرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ گھر کے سب افراد نماز کی پابندی کریں اور صبح وشام پانی پر سورۂ فلق دم کرکے پی لیا کریں۔ لوبان کے ٹکڑوں پر اکیس بار سورۂ فلق دم کرکے محفوظ کرلیں اور روزانہ شام کے وقت چند ٹکڑے جلا کر اس کا دھواں پورے گھر میں پھیلا دیں۔ یہ عمل ایک ہفتے تک کیا جائے۔ روزانہ تلاوت قرآن پاک کرکے اس کا ترجمہ بھی بغور پڑھا کریں۔ انشاء اللہ گھر پر قائم ہر قسم کے اثرات کا خاتمہ ہوجائے گا۔

شک کے سائے

مجھے بات بات پر شک ہوتا ہے' نماز ادا کرتے ہوئے تعداد رکعات پر اور وضو کے ارکان پر بھی شک ہونے لگتا ہے کہ درست طور پر پورے کیے یا نہیں۔ صحیح بات پر بھی غلط ہونے کا شک ہونے لگتا ہے۔ بار بار کسی کام کو پورا کرکے بھی اطمینان نہیں ہوتا۔ ذہن شدید کشمکش کا شکار ہوجاتا ہے۔ ذہن میں مختلف خیالات گردش کرنے لگتے ہیں۔ **(ماریہ حسن' راولپنڈی)**

مشورہ: رات سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ کر سورۂ عنکبوت کی آیت نمبر 20 تین بار پڑھنے کے بعد دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ نماز فجر کے بعد چلتے پھرتے اسم ذات اللہ اللہ کا ورد دل ہی دل میں کیا کریں۔ دس منٹ تک۔ روزانہ کچھ دیر قرآن پاک کے ایک حصے کی تلاوت کرکے ترجمے کے ساتھ اس کے معنی پر غور کیا کریں۔ انشاء اللہ جلد شک پر مبنی خیالات کا زور ٹوٹ جائیگا۔

صحت وتندرستی

میں کچھ عرصہ قبل بیمار ہوگئی۔ ہسپتال میں داخل ہوئی۔ بیماری کی بعد جسمانی حالت پہلے جیسی نہیں رہی۔ جسمانی طور پر نحیف ونزار ہوگئی ہوں۔ حافظہ کمزور ہوگیا ہے اور

بال بھی کمزور ہو گئے ہیں۔ **(شائستہ جبیں، کوہاٹ)**

مشورہ: بیماری کے مطابق اور جسمانی حالت طبیب کے مشورے سے غذا کا خیال رکھیں۔ روزانہ عمدہ قسم کے چار چھوہاروں پر ایک بار سورۂ فاتحہ، گیارہ بار بسم اللہ شریف دم کر کے کھالیا کریں۔ علی الصبح کھلی فضا میں آہستگی سے گہری سانس لے کر نکالا کریں دس منٹ تک۔ انشاء اللہ ہر قسم کے فوائد حاصل ہونگے۔

ہٹ دھرمی

میرے شوہر کے اندر ضد اور حاکمانہ رویہ زیادہ ہے وہ میری یا گھر والوں کی بات نہیں سنتے۔ اپنی بات پر بضد رہنے کی عادت سے وہ کئی بار نقصان بھی اٹھا چکے ہیں۔ افسوس بھی کرتے ہیں لیکن پھر وہی روش اپنا لیتے ہیں۔ **(زریں، قصور)**

مشورہ: رات کو جب شوہر سو جائیں تو ایک بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر گردن کے پیچھے یا سر پر دم کر دیا کریں۔ کم از کم چار ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں اور جن دنوں کسی مجبوری کی وجہ سے یہ عمل نہ کر سکیں بعد میں پورے کر لیں۔

قسمت

میرے بہت سے کام بنتے بنتے بگڑ جاتے ہیں یوں لگتا ہے کہ قسمت مجھ سے ناراض ہو گئی ہے۔ مجھے کوئی دعا بتائیں کہ میرا مسئلہ حل ہو جائے۔ **(اشہد۔ لاہور)**

مشورہ: تمام حالات کا جائزہ لیں اور اللہ پر یقین و توکل کو بڑھائیں۔ نماز کی پابندی کریں۔ ہر نماز کے بعد استغفار پڑھیں اور پھر سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19 گیارہ بار پڑھ کر اللہ سے دعا کیا کریں جس قدر بھی استطاعت حاصل ہو اس کے مطابق ضرورت مند افراد کی مالی امداد کیا کریں۔

مصائب

میرا گھرانہ کافی عرصے سے مصائب کا شکار ہے، شوہر بیروزگار ہیں جو کام شروع کرتے ہیں اس میں نقصان ہوتا ہے حالات کی خرابی کی وجہ سے بیٹا بھی بدتمیزی اور بداخلاقی کرنے لگا ہے۔ نماز، روزہ، حلال روزی کا حصول اور ایمانداری سب میں موجود ہے باہر سے ہم بڑے خوش لگتے ہیں لیکن اندر سے ناخوش ہیں۔ **(شبانہ۔ کراچی)**

مشورہ: رات کے وقت پانچ مرتبہ درود شریف، چار مرتبہ استغفار اور پانچ مرتبہ سورۂ آل عمران کی پہلی دو آیات پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات کی بہتری کی دعا کیا کریں۔ یہ عمل کم از کم تین ماہ جاری رکھیں۔

کاروبار

میرے شوہر نہایت غیر ذمہ دار قسم کے انسان ہیں۔ سرکاری ملازمت سے ریٹائرمنٹ کے بعد جو رقم انہیں ملی، وہ سب انہوں نے کسی کے کہنے پر کاروبار میں لگا دی۔ کاروباری توجہ نہ ہونے اور مطلبی دوستوں کی غلط رہنمائی کے باعث نقصان ہوا، یہاں تک کہ اپنا گھر بھی بیچنا پڑا اب پھر روزگار کیلئے کوششیں کر رہے ہیں لیکن میرے یا دوسرے مخلص رشتہ داروں کے مشوروں پر عمل نہیں کرتے اور اکثر مجھ سے الجھ پڑتے ہیں۔ **(فرخندہ، چارسدہ)**

مشورہ: نماز عشاء کے بعد سات بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر شوہر کے رویے میں بہتری کی دعا کریں۔ سورۂ کوثر ایک بار پڑھ کر رات کے وقت اس تکیے پر دم کریں جو شوہر سونے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔ اس تکیے کو کوئی دوسرا فرد استعمال نہ کرے۔ آپ خود نماز فجر کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ تین بار آیت الکرسی پڑھ کر دعا کیا کریں۔ ان وظائف پر نوے دنوں تک عمل کیا جائے۔

ذہنی کمزوری

میری یادداشت بہت کمزور ہے۔ اس کی وجہ سے میری تعلیم پر برے اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ امتحان کے دوران میں سب کچھ اس طرح بھول جاتا ہوں جیسے کبھی کچھ یاد ہی نہ کیا ہو۔ حالانکہ میں سال کے پہلے دن سے تیاری کر رہا ہوتا ہوں۔ یہی حالت رہی تو شاید میرا کیریئر تباہ ہو جائے۔ دماغی کمزوری اتنی زیادہ ہے کہ معمول کے کاموں میں بھی دشواری کا سامنا ہے۔ ہر چیز بھول جاتا ہوں۔ **(محمد محسن، لاہور)**

مشورہ: تعلیم سے دل اچاٹ ہو جانے، دماغی کمزوری اور فہم و فراست میں کمی دور کرنے کیلئے صبح و شام سورۂ یٰسین کی ابتدائی چار آیات اول آخر درود شریف پڑھ کر ایک چائے کا چمچہ شہد پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ علی الصبح افق پر نمودار ہونے والی سورج کی ہلکی روشنی کو دس منٹ تک دیکھتے ہوئے درمیان میں سات بار سورۂ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ چالیس روز تک۔

بیٹیوں کے رشتے

میری 4 بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے، بڑی بیٹی کی شادی کی مگر اس کے سسرال والے بہت اذیت پسند ہیں۔ میری بیٹی کو ذہنی اذیتیں دیتے رہتے ہیں۔ اس کا میاں بھی اس کا ساتھ نہیں دیتا۔ میرا بیٹا پڑھا لکھا ہے مگر بیروزگار ہے۔ بچیوں کے رشتوں کا مسئلہ حل نہیں ہو رہا ہے کہیں بھی بات نہیں بنتی ہے۔ کئی رشتے آتے ہیں۔ پریشانی مستقل کھائے جا رہی ہے۔ مالی حالات بھی کمزور ہیں۔ بہت سارے وظیفے بھی کیے مگر بے فائدہ۔ اب آپ کو خط لکھ رہی ہوں کہ میرے مسائل کا حل ضرور بتائیں۔ اس کے علاوہ چھوٹی بیٹی مستقل بیمار رہتی ہے۔ کوئی علاج فائدہ نہیں دیتا ہے۔ سر درد اور معدہ کی تکلیف ہے۔ نظر بھی بہت کمزور ہے۔ اس کیلئے کوئی علاج بتائیں آپ کی بہت شکر گزار رہوں گی۔ **(بانو، فیصل آباد)**

مشورہ: بانو بہن! پریشان نہ ہوں، اللہ کی نعمتوں کا شکر ادا کرتی رہیں نعمتیں بڑھتی رہیں گی۔ بیٹی سے کہیں سسرال میں پیار محبت سے رہے اور ایک دعا **اَللّٰھُمَّ اِنَّا نَجْعَلُکَ فِیْ نُحُوْرِھِمْ وَنَعُوْذُ بِکَ مِنْ شُرُوْرِ ھِمْ** ۔ ہر نماز کے بعد 21 بار پڑھ کر تمام لوگوں پر غائبانہ پھونک دیا کرے۔ بیٹے سے کہیں کہ وہ نماز کا اہتمام کرے اور **یَاوَھَّابُ** روزانہ 313 بار توجہ سے پڑھے، غیب سے مدد ہوگی۔ مسائل حل ہونگے۔ آپ کی بیماری موجودہ حالات کی وجہ سے ہے۔ بتائے گئے اعمال شروع کریں ٹھیک ہو جائے گی۔

دو انمول خزانے پڑھیں

میں اپنے مسائل کیلئے وظیفہ جاننا چاہتی ہوں۔ 3 سال پیشتر پرانی بلڈنگ گرا کر اس پر دکانیں بنا دیں اور کاروبار سے پیسے نکال کر اور کچھ لوگوں سے ایڈوانس اور قرض لیکر یہ کام کیا۔ سوچا تھا کہ یہ جگہ کرایہ پر چلی جائے گی اور قرضہ اور کاروبار صحیح ہو جائے گا مگر معاملہ اس کے برعکس ہوا، نہ تو جگہ کسی خاص کرایہ پر لگی اور نہ کوئی کاروبار اپنی جگہ واپس آیا۔ سخت پریشانی ہے آپ کے بتائے ہوئے دو انمول خزانے پڑھ رہے ہیں مگر نہ تو بچوں کی کامیابی ہو رہی ہے اور نہ ہی کاروبار صحیح ہو رہا ہے۔ نہ قرضہ ختم ہو رہا ہے۔ گھر میں لڑائی جھگڑا ہے۔ کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ مسائل حل ہو جائیں۔ بڑا بیٹا جو 24 سال کا ہے پڑھائی میں کامیاب نہیں ہو رہا۔ آپ کا بتایا ہو وظیفہ **یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ** پڑھ رہا ہے۔ اس کیلئے بھی اور دوسرے بچوں کیلئے کوئی وظیفہ بتائیں۔

(والدہ کاظم لطیف)

مشورہ: بہن دو انمول خزانہ پڑھا جائے اور اثر نہ کرے ہو نہیں سکتا۔ لگتا ہے آپ لوگ بے یقینی کی کیفیت سے پڑھ رہے ہیں میرا کوئی کام ایسا نہیں جو ان انمول خزانوں نے نہ کیا ہو۔ آپ تھوڑی سے توجہ اور دھیان سے پڑھیں انشاء اللہ کام ہو جائیگا۔

ام ابوذر، بہاولنگر

پتے کی پتھری اور میرا آزمودہ نسخہ

بے شک ہمارے اعضاء جسم سے نکال دیں یا کاٹ کر الگ کر دیں ہمیں ذرا بھی ملال و دکھ نہیں ہوتا۔ اپنے خالق سے کوئی مشورہ نہیں ہے۔ پورے اعضاء بنا کر دنیا میں بھیجا ہے۔ وہ ہماری واپسی پر پورے اعضا ہی لے گا۔

عبقری بھائی کمال کے نسخے لاتے ہیں میری ایک عزیزہ تھیں انہیں پتہ میں بہت تکلیف تھی ایسی تکلیف کہ بے قرار تھیں کہ پتہ نکلوا دوں۔ انہیں بہت تسلی دی درود شفا پڑھ کر پانی دیا۔ پانی پینے کے بعد ان کی طبیعت کافی بہتر ہوئی۔ پھر ان سے کہتی رہی کہ اللہ بہت مہربان ہے اگر اس نے اپنے بندوں کو کوئی بیماری دی ہے تو قرآن میں شفا بھی بتائی ہے۔ اللہ نے اگر ایک بیماری دی ہے تو دوسری طرف ایسے پھل اور جڑی بوٹیاں پیدا کی ہیں کہ ان کو کھانے سے وہ بیماری ختم ہو جاتی ہے۔ دوسری بار کبھی وہ مرض نہیں ہوتا اب اگر ہمارے جسم میں کہیں یہ پتھری ہے تو اس کا یہ مقصد نہیں ہے کہ آپ اپنے اس عضو کو جسم سے نکلوا دیں۔ پیدائش سے لے کر 40 پچاس سال تک اس عضو کو استعمال کیا پھر اگر تھوڑا سا درد ہوا تو کہا کہ بس تکلیف برداشت نہیں ہوتی اس کو ہمارے جسم سے نکال باہر کرو۔ ڈاکٹر کی خوشامد کرتے ہیں کہ بس ہمیں تکلیف نہ ہو۔ بے شک ہمارے اعضاء جسم سے نکال دیں یا کاٹ کر الگ کر دیں ہمیں ذرا بھی ملال و دکھ نہیں ہوتا۔

اپنے خالق سے کوئی مشورہ نہیں ہے جس نے پورے اعضاء بنا کر دنیا میں بھیجا ہے۔ وہ ہماری واپسی پر پورے اعضاء ہی لے گا۔ ہر فرد اپنے اعضاء کٹوا کر کوڑے کرکٹ کے ڈھیر پہ پھینکتا چلا جا رہا ہے اس فرد سے جب سوال کیا جاتا ہے کہ آپ نے ایسا کیوں کیا تو جواب ملتا ہے ڈاکٹر نے کہا تھا۔ بہت ہی افسوسناک بات ہے ہمیں یہ تک نہیں معلوم جس نے سب کچھ مکمل بنا کر بھیجا ہے اسی کے پاس واپسی ہے تو وہاں ہمارے پاس کیا جواب ہے۔ ہم کٹے ہوئے اعضاء سے عبادت نہیں کر سکتے اپنی ضروریات پوری نہیں کر سکتے۔ روتے کراہتے دنیا کیلئے عبرت بن جاتے ہیں۔ پوری زندگی گولی کیپسول کھاتے گزرتی ہے۔ بینک خالی کر دیتے ہیں۔ بھاری فیس ڈاکٹر کو دیتے ہیں محتاجی نفرت کا نشان ہے ہر فرد اس نشان کو مٹانا چاہتا ہے۔ اس خالق نے ہمارے جتنے اعضاء بنائے ہیں جتنی بیماریاں ہیں وہ تمام اعضاء کے برابر ہیں پھر اللہ نے ایسے پھل اور جڑی بوٹیاں بنا دی ہیں جو بیمار ہوں وہ پھل کھائیں، جڑی بوٹیاں استعمال کریں۔ طب نبویؐ کے نسخے استعمال کریں۔ محتاجی سے پناہ میں دینے کی دعائیں مانگیں۔ دعائیں اللہ نے بھیج دی ہیں ایک ماں کو اپنے بچے کی نگہداشت کی کتنی فکر ہوتی ہے سردی میں ٹھنڈ سے بچاتی ہے کہیں نمونیہ نہ ہو جائے۔ ہمارا رب ہم سے ہزار ماؤں سے زیادہ پیار کرتا ہے وہ ہمیں کیسے بے آسرا چھوڑ سکتا ہے۔ اب ہی دیکھ لیں ہمارے پتے میں یا مثانے یا کڈنی میں پتھری ہے تو اللہ نے پتھر چاٹ بوٹی پیدا کی اور اس کی ڈیوٹی لگا دی اگر کسی بندے کو تکلیف ہے تو وہ پتھر چاٹ بوٹی کے پتے کھائے تو اس بوٹی کی اللہ نے ڈیوٹی لگائی ہے کہ میرے بندے کے جس حصے میں تکلیف دہ پتھر ہے اس پتھر کو کھا جائے اور میرا بندہ شفا پائے۔ ان پتوں کو کھا سکتے ہیں اور کوٹ کر اس کا پانی بھی پی سکتے ہیں جس فرد نے ان پتوں کو کھایا اس کی تکلیف دہ پتھری ختم ہوگئی اور وہ فرد شفایاب ہوا۔ قرآن مجید میں بھی آیات ہیں وہ پڑھنے سے بھی پتھری ریت بن کر نکل جاتی ہے۔ نسخہ یہ ہے جو عبقری مارچ 2008ء میں بھی چھپا تھا۔

ایک کلو لیموں لے لیں اور ان کا پانی نکال لیں۔ آپ چھ یا سات کوڈیاں (پنسار سے لیکر) اس میں ڈال دیں۔ اس پانی کو جس بوتل میں ڈالیں اس کو دو تین گھنٹے ہلاتے رہیں تاکہ وہ کوڈیاں (سیپیاں) پانی میں حل ہو جائیں۔ اس کام کو مکمل ہوتے دو یا تین دن لگیں گے۔ یہ بات یاد رکھیں کہ ڈھکن کو کھلا رکھنا ہے تاکہ گیس کا اخراج ہو سکے جب کوڈیاں قریباً حل ہو جائیں تو اس پانی کو اچھی طرح نتھار لیں اب آپ جتنا پانی آسانی سے پی سکتے ہیں اتنا لیموں کا پانی اور اتنا ہی سادہ پانی یعنی دونوں کو ملا کر پی لیں۔ آپ دیکھیں گے کہ جب پانی ختم ہوگا ساتھ ہی ان شاء اللہ پتھری بھی ختم ہو جائیگی۔ آپ کو پتا بھی نہیں چلے گا کہ پتھری کیسے نکل گئی لیکن یہ یاد رکھنا ہے کہ اگر لیموؤں سے پانی تھوڑا نکلے تو کوڈیاں بھی تھوڑی کر دینی ہیں۔ اس پانی کو صبح و شام دو وقت اور ضرورت پڑنے پر تین وقت بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

میرا ذاتی تجربہ ہے جس عزیزہ کا میں نے تذکرہ کیا ان کے پتے میں پتھری تھی اور وہ اپنا پتہ نکلوا دینا چاہتی تھیں یہی نسخہ تیار کر کے دیا ان سے کہا پانچ دن میں اس کو اسی ترکیب سے پی لیں اس کے بعد الٹراساؤنڈ کرایا۔ رپورٹ دیکھ کر ان محترمہ نے خوشی سے چیخ ماری، پتہ بالکل صاف ہو چکا تھا۔ نوکدار پتھریوں کا نام و نشان نہ تھا۔ میں نے انہیں مشورہ دیا کہ اللہ نے آپ کو شفا دی ہے دو دیگ پکا کر غریبوں کو کھلا دیں۔ ان خاتون نے ایسا ہی کیا۔ مزے کی بات ان کی دو بیماریاں اس دوا سے ختم ہوگئیں۔ ان کو ہر وقت کھٹی ڈکاریں آتی تھیں وہ ہمیشہ کیلئے ختم ہوگئیں۔ ایک اور مرض تھا وہ لکھا نہیں۔ وہ بھی اسی دوا سے ختم ہوا۔ اگر ہمیں تکلیف ہوتی ہے تو ہماری مغفرت بھی تو رب کرتا ہے لیکن بس ہم تو جینا چاہتے ہیں زندگی کے معاملے میں بے حد لالچی ہیں محتاجی میں، عبرت میں، ذلت میں، بس جینا چاہتے ہیں، جی بس، قلم رک نہیں رہا۔ جگر کا مسئلہ ہے جگر بڑھ جاتا ہے تو ہر سال اسے کاٹنا پڑتا ہے۔ جسم سے خون ختم ہو جاتا ہے۔ حالانکہ جگر کیلئے 7 مرتبہ ہر روز سورۃ الحجر پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیو یہ مرض ختم ہو جائے گا۔

خواب سے مایوس بیماریوں کا سو فیصد علاج

جنت سے تمہارے لیے ایک پیغام لے کر آئی ہوں کہ آج کے بعد تمہاری ہر مشکل کا حل اور ہر پریشانی کا خاتمہ ہوگیا ہے مایوس نہیں ہونا یہ عمل کرو یہ عمل مجھے حضرت بہلول مجذوب رحمتہ اللہ علیہ نے بتایا تھا میں نے جس لاعلاج مریض کو بتایا اسی کو افاقہ ہوا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مسلسل 9 سال کی بیماری نے مجھے تنگ دست کردیا ہے' بیماری میں خود تو لائی نہیں پھر اس کا علاج کہاں سے ڈھونڈ لاؤں۔ ہر علاج مجھ پر ناکام' ہر دوائی بے کار' ہر گولی شاید مٹی کی گولی بن گئی تھی اور انجکشن پانی کا کہ فائدہ ہی نہ ہوتا تھا۔ آخر میں بھی انسان تھی' احساس رکھتی تھی کہ گھر تو گھر معاشرہ بھی مجھ سے تنگ آگیا ہے۔ بیماریاں تھیں کہ مجھے چھوڑنے کا نام نہیں لے رہی تھیں جب میں نویں جماعت میں پڑھتی تھی مجھے یاد ہے کہ بخار ہوا تھا اس دن میں سکول نہیں گئی۔ میری اماں ڈاکٹر سے ایک کڑوا سیرپ اور چار گولیاں لائیں اور وقفے وقفے سے گولیاں لینی شروع کیں۔ دوسرے دن میں پھر سکول نہ جاسکی یوں میرا چند دنوں میں بخار اتر گیا میں بھلی چنگی ہوگئی سکول سے کالج اور پھر شادی ہوگئی لیکن مسلسل اور تھوڑی زیادہ بیماری نے میرا پیچھا نہ چھوڑا۔

وہ خاتون آنسوؤں کی رم جھم اور آہوں کے ساتھ اپنے غم اور درد میں گوندھی بپتا سنا رہی تھی اس کی کوشش تھی کہ حکیم طارق میری تسلی سے بات سنے۔

وہ پھر بولی میری شادی کو 19 سال ہوگئے ہیں' کوئی علاج ٹوٹکہ کسی بھی قسم کا میں نے نہیں چھوڑا۔ بعض اوقات ماہ دوماہ میں کوئی بھی علاج نہ کرتی کہ خود دوائی اور علاج نام سے مجھے نفرت ہوگئی میں بھی کیا کرتی بے حوصلہ نہیں تھی لیکن مسلسل مصائب اور مسائل نے مجھے چڑچڑا بنادیا تھا۔ ایک رات خواب میں دیکھا کہ میں جنگل ویران میں جارہی ہوں...... کوئی انسان نہ کوئی حیوان ہے...... ہر طرف پتھر کانٹے اور کالے پہاڑ ہیں...... میں حالت پریشانی میں...... کہ یاالٰہی میں کہاں جاؤں؟ کدھر جاؤں؟ نہ منزل' نہ راستہ اور نہ راہی...... غیب سے آواز آئی کہ یہ جو کچھ دیکھ رہی ہو یہی تمہاری بیماری ہے۔ میں رونے لگ گئی اور ہچکیاں لے کر رونے لگی۔ محسوس ہوا کہ مجھے کوئی تسلی دے رہا ہے کہ تمہارا علاج آگے ہے چلتی جاؤ تھکو نہیں' مایوس نہ ہو میں ایک آس' امید اور اعتماد کے قدموں کے ساتھ آگے چلتی گئی اچانک محسوس ہوا کہ سبز گھاس اور پھولوں کا باغ ہے ہر طرف ہریالی اور سبزہ ہے۔ ایک نیک صالح خاتون وہاں پھولوں کے درمیان بالکل خوش اور بامراد پھر رہی ہے۔ اس نے مجھے اپنے سینے سے لگالیا۔ تسلی دی۔ میں تمہارا انتظار کررہی تھی میرا نام زبیدہ ہے اور میں خلیفہ ہارون الرشید کی بیوی ہوں۔ جنت سے تمہارے لیے ایک پیغام لے کر آئی ہوں کہ آج کے بعد تمہاری ہر مشکل کا حل اور ہر پریشانی کا خاتمہ ہوگیا ہے مایوس نہیں ہونا یہ عمل کرو یہ عمل مجھے حضرت بہلول مجذوب رحمتہ اللہ علیہ نے بتایا تھا میں نے جس لاعلاج مریض کو بتایا اسی کو افاقہ ہوا اور ہر مریض دن بدن صحت یاب ہوتا چلا گیا۔ پھر زبیدہ نے مجھے وہ عمل بتایا میں نے عمل یاد کرلیا۔ رخصت کرتے ہوئے مجھے زبیدہ نے ایک پھول کی خوشبو بدن پر مل دی۔ جب خواب سے بیدار ہوئی تو میرا کمرہ' جسم اور انگ انگ خوشبو میں بسا ہوا تھا۔ میں نے وہ عمل کرنا شروع کردیا۔ بس عمل کیا تھا کوئی معجزہ یا خاص تحفہ تھا۔ وہ خاتون سانس لینے کیلئے رکی اور پہلو بدلتے ہوئے کہنے لگی کہ بوڑھی ہوگئی ہوں زیادہ دیر بیٹھ نہیں سکتی لیکن آپ کو اپنی بات پوری سناؤں گی۔

میں عمل کرتی گئی اور سکون پاتی گئی۔ دل ایسا مطمئن اور آنکھوں میں ایسا اعتماد کہ بار بار وہ خواب اس کے سارے نقشے اور دل باغ باغ' میں ہر شام عشاء کی نماز کا انتظار کرنے لگی کہ کب عشا ہوتی ہے اور میں وہ عمل کرتی ہوں جب عشاء کا وقت ہوتا میرا اعتماد بڑھ جاتا۔ میرے دل کی دھڑکن تیز ہوجاتی اور عمل کے دوران میری ہچکی بندھ جاتی۔ چند ہفتے میں نے عمل کیا تو محسوس ہوا سر کے بالوں سے لے کر پاؤں کے ناخن تک جکڑا ہوا میرا جسم اور بیماریوں میں الجھی زندگی شاد آباد ہوگئی اور دن رات سکون اور چین بڑھتا چلا گیا میں ایسی ہوگئی کہ احساس نہ ہوا کہ میں سالوں کی بیمار تھی۔

میرے جاننے والے' گھر والے اور خود میرا شوہر بار بار مجھ سے پوچھنے لگا کہ آخر کس دوائی کی تاثیر (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

ادارہ اشاعت الخیر اور عبقری

''عبقری'' کی ایجنسی اور اس سے متعلقہ معاملات اور عبقری کی آزمودہ ادویات کیلئے ادارہ اشاعت الخیر اردو بازار بیرون بوہڑ گیٹ ملتان کے درج ذیل نمبرز پر رابطہ فرمائیں۔

061-4514929, 0300-7301239

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اٹلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی گیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی جھنگی کالونی، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ ملک نوید نیوز ایجنسی 0333-6870706۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپو لیاقت علی چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بک ڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ قیوم صاحب لندن 00442084724146۔ **گوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

راتوں کو دیر تک گھر سے دور رہنا اچھی بات نہیں۔انہیں اس عادت کو بدلنا چاہیے اور آپ نے دیکھا کہ ان میں تبدیلی آئی اور وہ جلد گھر آنے لگے اور باتوں میں بھی آہستہ آہستہ تبدیلی آتی جائے گی اگر آپ صبر و تحمل سے کام لیں گی تو سب کچھ ٹھیک ہو جائیگا۔

ایسی پریشان نہ تھی

شادی سے پہلے میری زندگی بہت پرسکون تھی۔تعلیم حاصل کرنے کے بعد گھر پر آرام سے تھی کہ دور کے عزیزوں سے رشتہ آیا اور اب زندگی اس قدر بے سکون ہے۔میرے شوہر کو گھر کے کسی مسئلہ سے کوئی مطلب نہیں۔انہیں تو میری ذات کا بھی احساس نہیں۔وہ اپنے والدین کی اکلوتی اولاد ہیں۔اپنے خاندان کی لڑکیوں سے بے حد بے تکلفی ہے۔ ان کے ساتھ گھومتے پھرتے رہتے ہیں۔میں رات کے دو تین بجے تک ان کا انتظار کرتی رہتی ہوں۔ایک روز غصے میں آکر میں نے کہہ ڈالا کہ جن لڑکیوں کے ساتھ سیر و تفریح کر رہے ہیں انہی میں سے کسی سے شادی بھی کر لیتے تو وہ بہت ناراض ہو گئے اور پھر کئی روز تک انہوں نے مجھ سے بات نہ کی۔میری ایک دوست نے کہا کہ اب تم میکے چلی جاؤ۔خود تمہیں منانے آئیں گے مگر میں نے ایسا نہ کیا انہوں نے خود ہی منالیا۔اب جلد گھر آنے لگے ہیں۔مگر مجھے اپنی زندگی ادھوری اور بے سکون لگتی ہے کیونکہ اب ان کی ملنے والی خواتین گھر پر آجاتی ہیں۔ میرے لیے یہ صورتحال بھی تکلیف دہ ہے اور میں اپنے کمرے میں اکیلی بیٹھی رہتی ہوں۔**(فریحہ نور۔لاہور)**

مشورہ: شادی کے بعد ہر لڑکی کی زندگی میں غیر معمولی تبدیلیاں آتی ہیں۔ایک ایسا گھر جہاں ابتداء سے رہی ہو' اپنے ہوں انہیں چھوڑ کر دوسری جگہ اور غیر لوگوں میں منتقل ہونا پھر انہیں اپنا بنانا کچھ آسان کام نہیں۔اس دوران پریشانی یا بے سکونی تو ہوسکتی ہے۔شادی کے بعد کے مسائل کا دوستوں سے ذکر کرنے کا کوئی فائدہ نہیں بعض اوقات الٹا نقصان ہوتا ہے۔شوہر سے جو شکایات ہیں ان پر بات کرلیں۔ راتوں کو دیر تک گھر سے دور رہنا اچھی بات نہیں۔انہیں اس عادت کو بدلنا چاہیے اور آپ نے دیکھا کہ ان میں تبدیلی آئی اور وہ جلد گھر آنے لگے اور باتوں میں بھی آہستہ آہستہ تبدیلی آتی جائے گی اگر آپ صبر و تحمل سے کام لیں گی تو سب کچھ ٹھیک ہو جائیگا۔

بجھ نہ جائے شمع حیات

میری عمر 26 سال ہے' گریجویٹ ہوں' سرکاری ملازمت بھی ہے۔آٹھ سال سے ایک لڑکی سے دوستی ہے وہ میڈیکل کی طالبہ تھی اب ڈاکٹر بن گئی لیکن اب ان لوگوں کے رویے میں فرق آگیا۔اس کے گھر والے اس کی شادی کہیں اور کرنا چاہتے ہیں۔وہ خود بھی مجھ سے بدل گئی ہے۔ ملنا پسند نہیں کر رہی۔میں نے اپنا ایک گردہ کسی مستحق کو دینے کا وعدہ کرلیا ہے۔جلد ہی آپریشن ہونے والا ہے۔مگر مجھے مسلسل پریشانی اور فکر رہنے سے کمزوری ہوگئی ہے۔نیند ٹھیک نہیں آتی نہ بھوک لگتی ہے۔ ڈاکٹر نے کہا ہے کہ یہی حالت رہی تو آپریشن نہیں کریں گے۔میں آپریشن سے پہلے اس سے ملنا چاہتا ہوں۔ زندگی کا کوئی بھروسہ نہیں کہیں بجھ نہ جائے شمع حیات۔ مجھے لگتا ہے کہ نفسیاتی مریض بن چکا ہوں۔ پانچ بڑے بھائی ہیں۔وہ بھی میری حالت پر پریشان ہیں۔پرانی باتیں یاد کر کے روتا رہتا ہوں۔**(س۔ایبٹ آباد)**

مشورہ: آپ نے اپنے رویے میں جن شکایات کا ذکر کیا ہے یہ معمولی ذہنی امراض کی علامات میں سے ہیں۔مثلاً ذہنی دباؤ' تشویش' احساس کمتری' بے خوابی' سر درد' بدہضمی وغیرہ شامل ہیں۔ایسی صورت میں انسان کی ذہنی اور دماغی قوتیں کمزور پڑ جاتی ہیں اور ایک بردبار' ذمہ دار اور کامیاب زندگی گزارنے میں مشکل محسوس ہوتی ہے۔ مستقل مایوس رہنا' مزید ناکام بنا دیتا ہے۔آپ کوشش کر کے خود کو بہتر بنا سکتے ہیں کیونکہ آپ اپنی ذمہ داریاں انجام دے رہے ہیں۔ تعلیم یافتہ بھی ہیں۔ فی الحال جو تکلیف دہ کیفیت ہے وہ محبت میں ناکامی کے سبب ہوسکتی ہے۔اگر آپ حقیقت پسند بن کر سوچیں تو لڑکی اور اس کے گھر والوں کو اختیار ہے کہ وہ جس کے ساتھ چاہیں اپنی بیٹی کی زندگی کا فیصلہ کریں۔آپ انہیں اپنے لیے مجبور نہیں کر سکتے۔ جہاں تک ملنے کا تعلق ہے تو وہ بھی جذبہ خود رحمی کے سبب ہے۔ زندگی میں ہر ایک کو اپنی خواہش کے مطابق سب کچھ نہیں ملتا۔خلاف مزاج فیصلوں کیلئے بھی ذہنی طور پر تیار رہنا چاہیے۔ جہاں تک گردہ دینے کی بات ہے تو اس سلسلے میں آپ نے اہل خانہ کو بتایا ہے اگر نہیں تو ضرور بتائیں۔ان کی اجازت پر ہی کوئی فیصلہ کرنا چاہیے۔انسان محبت کسی اور سے کرتا ہے اور اسے خود اپنے گھر سے محبت ملتی ہے۔اصل بات یہی ہے کہ اپنے اہل خانہ کی قدر کی جائے جو ہمیشہ ہی آپ کے مخلص رہیں گے۔

مجرمانہ تغافل کے بعد

میرے بچے مجھے چھوڑ کر چلے گئے ہیں۔بیٹی نے میٹرک کرلیا ہے اور بیٹا یونیورسٹی میں پڑھ رہا ہے۔یہ دونوں بچے اب اپنی خالہ کے ساتھ رہ رہے ہیں۔انہیں مجھ سے نفرت ہے۔میں ملنے گیا تو اہل خانہ نے عزت دی' گھر میں بٹھایا مگر بچے سامنے نہ آئے' نہ بات کی۔فون کرتا ہوں تو اٹھاتے نہیں۔ میری بیوی کے انتقال کو چھ ماہ ہو گئے ہیں' بہت صبر والی عورت تھی۔عمر کوئی پچپن سال ہوگی۔تین سال سے کینسر تھا۔علاج ہوتا رہا مگر پھر طبیعت میں بہتری نہ آئی۔میرا مزاج شروع ہی سے تیز تھا۔ میں بہت بولتا تھا۔غصہ بھی زیادہ کرتا تھا۔ بچے چھوٹے تھے تو مجھ سے ڈرتے تھے۔میں سمجھتا تھا کہ یہ اچھی بات ہے باپ گھر میں آئے تو بچوں کو خاموش ہو جانا چاہیے۔ مجھے یاد نہیں ہم نے کبھی ساتھ کھانا کھایا ہو۔ بچے ماں کے ساتھ کھانا کھاتے تھے۔گھومنا پھرنا سکول کے معاملات سب ماں کے ذمے تھے۔میں اب اپنی ملازمت سے ریٹائر ہو گیا ہوں عمر ساٹھ سال سے زیادہ ہوگئی ہے۔اب احساس ہوتا ہے کہ میں نے مجرمانہ تغافل کیا ہے۔شدید مایوسی کا شکار ہوں۔ کاش پرانا وقت واپس آجائے۔**(ایم یوسف' راولپنڈی)**

مشورہ: سخت مزاج لوگ اپنی زندگی کے آخری حصے میں عموماً تنہا ہی رہ جاتے ہیں جب تک آپ کی بیوی اس دنیا میں رہیں بچے ان کی وجہ سے ہی آپ کو برداشت کرتے رہے۔مگر اب جبکہ ان کی ماں دنیا میں نہیں وہ سخت مزاج باپ کے ساتھ رہنے پر تیار نہیں۔بچوں کو جو ہم دیتے ہیں وہی ہمیں واپس ملتا ہے۔آپ نے انہیں خود سے دور رکھا محبت تو کی مگر اظہار نہیں۔ وہ آپ کے دل میں اپنے لیے نرم گوشے کو محسوس نہ کر سکے بلکہ اپنی ماں کی محبت کی تلاش میں خالہ کیساتھ رہنے لگے۔آپ انکی خالہ سے کہیں کہ اس معاملے میں آپ کی مدد کریں۔خالہ کے سمجھانے سے بچوں پر اچھا اثر پڑے گا۔

بواسیر اور رزق کا سو فیصد عمل

روزگار کے حصول کیلئے ایک تجربہ شدہ نادر و نایاب عمل پیش ہے۔ جو لوگ نوکری کیلئے صبح اپنے گھر سے ڈگریاں لے کر نکلتے ہیں سارا دن دفتروں کے چکر لگا لگا کر شام کو مایوس ہو کر گھر لوٹ آتے ہیں کہ نوکری نہیں ملتی

(عمر فاروق بٹ' گکھڑ منڈی)

چند عملیات پیش خدمت ہیں' ہوسکتا ہے کسی دکھی بہن' بھائی کے کام آجائیں۔

اگر کوئی بچہ یا شخص بیمار ہو یا کمزور ہو یا سوکھتا چلا جا رہا ہو اور بظاہر کوئی بیماری نظر نہ آتی ہو تو اول و آخر تین مرتبہ درود شریف پڑھ کر ۲۱ دن تک ۱۴۱ دفعہ اس کو پڑھے

وَ كَذٰلِكَ مَكَّنَّا لِيُوْسُفَ فِي الْاَرْضِ ۵ يَتَبَوَّاُ مِنْهَا حَيْثُ يَشَآءُ ۱ نُصِيْبُ بِرَحْمَتِنَا مَنْ نَّشَآءُ وَلَا نُضِيْعُ اَجْرَ الْمُحْسِنِيْنَ ۝ **(سورۃ یوسف' آیت نمبر 56)**

ناف ٹل جائے

یہ آیت بسم اللہ سمیت لکھ کر ناف کی جگہ باندھیں' ناف اپنی جگہ آجائے گی اور اگر بندھا رہنے دیں تو پھر نہ ٹلے گی۔

اِنَّ اللّٰهَ يُمْسِكُ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ اَنْ تَزُوْلَا ۲۵ وَلَئِنْ زَالَتَآ اِنْ اَمْسَكَهُمَا مِنْ اَحَدٍ مِّنْ • بَعْدِهٖ اِنَّهٗ كَانَ حَلِيْمًا غَفُوْرًا ۝ (سورۃ فاطر آیت 41)

دفع بواسیر کیلئے

صبح کی سنتوں میں پہلی رکعت میں سورۃ الانشرح اور دوسری رکعت میں سورۃ الفیل پڑھا کرے' بواسیر رفع ہو جائے گی۔

ہاتھ پاؤں سن ہو جانے کیلئے عمل

جب ہاتھ یا پاؤں سن ہو جائیں تو جس سے زیادہ محبت ہو اس

عمل برائے روزگار

کا نام لے۔ **(عن ابن عباسؓ بحوالہ حصن حصین)**

(سید بشیر علی حیدر' بھکر)

قارئین کی خدمت میں روزگار کے حصول کیلئے ایک تجربہ شدہ نادر و نایاب عمل پیش ہے۔ جو لوگ نوکری کیلئے صبح اپنے گھر سے ڈگریاں لے کر نکلتے ہیں سارا دن دفتروں کے چکر لگا لگا کر شام کو مایوس ہو کر گھر لوٹ آتے ہیں کہ نوکری نہیں ملتی یا پھر وہ لوگ جنہوں نے درخواست دی ہوئی ہے مگر جواب نہیں

آرہا ہے یا پھر ملازمت ہے مگر گھر میں خیر و برکت نہیں ہے ان کیلئے یہ عمل ایک تحفہ ہے۔

ترکیب عمل: نئے چاند کی پہلی جمعرات یا اتوار کو بعد از نماز عشاء قبلہ رخ اور باوضو ہو کر سورۃ آل عمران کی آیت نمبر 26 (قُلِ اللّٰهُمَّ مٰلِكَ الْمُلْكِ...... شَيْءٍ قَدِيْرٌ ۝) ایک سو ایک (101) مرتبہ تلاوت کریں۔ اول و آخر گیارہ، گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ کسی دوسری طرف خیال نہ جائے اور مقصد کو ذہن میں رکھیں۔ انشاءاللہ 21 روز میں مراد پوری ہوگی۔ نہیں تو پھر چالیس روز تک کریں۔ عمل شروع کرنے

روحانی پھکی کے فوائد

السلام علیکم! امید ہے آپ سب لوگ خیریت سے ہوں گے اللہ تعالیٰ آپ سب پر اپنی رحمتیں اور برکتیں نازل فرمائے میں عبقری کی روحانی پھکی کا مستقل استعمال کرتا ہوں۔ اس سے مجھے بہت فائدہ بھی حاصل ہوا۔ میری بہت سی ایسی بیماریاں جو سالہا سال سے تھیں باوجود ادویات کھانے کے بھی ختم نہیں ہو رہی تھیں۔ روحانی پھکی کے مستقل استعمال سے مجھے ان تمام بیماریوں سے آہستہ آہستہ نجات مل گئی۔ میں نے آپ سے دو پیکٹ لیے تھے ایک اپنے لیے اور ایک اپنی والدہ کیلئے۔ میری والدہ بھی روحانی پھکی کا مستقل استعمال کر رہی ہیں۔ میری والدہ ہائی بلڈ پریشر کی مریضہ تھیں ان کا بلڈ پریشر باوجود ادویات کھانے کے بھی کم نہیں ہوتا تھا۔ لیکن جب سے روحانی پھکی کا استعمال کیا ہے والدہ کا بلڈ پریشر اب کنٹرول میں ہے۔ **(ناصر احمد' چیچہ وطنی)**

مسافران آخرت

تسبیح خانے کے مخلص سید نصرت شاہ اور سید طارق شاہ صاحب کے والد محترم سید محمد حسین شاہ صاحب انتقال فرما گئے ہیں۔ موصوف صالح' متقی اور نہایت ذاکر شاغل شخص تھے۔ اللہ تعالیٰ انہیں کروٹ کروٹ راحت عطا فرمائے۔ ☆ادارہ عبقری کے مخلص ساتھی حاجی میاں محمد طارق صاحب کے قریبی دوست مولانا عبدالرشید ہاشمی شب جمعہ میں تہجد کے وقت قضائے الٰہی سے انتقال فرما گئے ہیں۔ مولانا انتہائی نیک اور متقی شخص تھے۔

قارئین سے ایصال ثواب کی درخواست ہے۔

مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس' مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہو رہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

عمارہ ثانی مسز عبدالجبار' خلیل احمد خان' دریا خان۔ شمائلہ گجرات۔ زاہد' جلال دین اعوان' غلام رسول' محمد اسلم میر پور۔ رابعہ امیر' میانوالی۔ میر فاران شریف' انوار فیروز پنڈی۔ بیگم جاوید الیاس' ملتان۔ فردین فاروق' بہاولپور۔ پروین سجاد' زرقا' ماہا' نعمت اللہ' جھنگ۔ محمود احمد' روبینہ شاہین' حویلی لکھا۔ اسماء' سعد سمیع' مہرہ اختر' فیصل آباد۔ حاجی بشیر احمد' اوکاڑہ۔ غلام فاطمہ' راولپنڈی۔ نویدہ' محمد عمران یونس' ڈاکٹر ذوالفقار' انجم' محمد عبدالرحمٰن' مظفرگڑھ۔ محمد افتخار' جہانیاں۔ نازنین سرور' بنت آدم' تلہ گنگ۔ مقصود احمد' آمنہ بی بی اہلیہ ثناء اللہ عباسی' مری۔ عبدالقیوم ناصر' پروفیسر زیب النساء۔ محمد سہیل اختر' فرحت کمال' کراچی۔ ثریا مقصود' علی اصغر' جہانیاں منڈی۔ امیر جمیل' مہوش کریم' وقاص کریم' کوثر شہزاد علی راجہ' فیصل قمر سومرو' عائشہ ارم غوری' جہانیاں۔ شبنم زاہد علی' عمر زمان' محمد عرفان' محمد زکریا' سیالکوٹ۔ نسیم' یوکے۔ رفعت اقبال' فضل الرحمٰن' سیالکوٹ۔ پروین افضل' سید محمد سلیم' محمد طیب' ملتان۔ عبدالرحمٰن' محمد سلیم' اختر حسین' مسز خورشید' حاکم خان' احسن ضیاء' مسز ہارون' روبینہ نذیر' ڈاکٹر جویریہ' وقاص احمد قریشی' نادیہ مختار' رابعہ' شہریار' ایاز' والدہ خالدہ' محمد جمال' محمد عرفان' کراچی۔ محمد عمر دراز' شرقپور۔ عرفان احمد' کوجرانوالہ۔ محمد سلیم' خرم اقبال' ساجدہ' نوید' حلیمہ ملک' محمد سہیل' مسز محمود' محمد بلال' وسیم' عبدالرحمٰن' محمد اکرم' ذوالنورین' حافظ عامر' محمد طفیل' مسز زبیر' پروین اختر' بشریٰ' مسز اقبال' سلمان جمیل' ثریا ادریس' ذکیہ اعظم' غلام قاسم' مسز عمر دین' شمیم بی بی' ذکیہ احسان' محمد فرخ' نثار ندیم' محمد یٰسین' عائشہ' آمنہ' عروہ' انعام علی' عذرا حنیف' مقبول حسین' جویریہ' لاہور۔ جاوید اقبال' سیالکوٹ۔ والدہ ذیشان' منڈی بہاؤالدین۔ نویدہ' سرگودھا۔ ذیشان' کوہاٹ۔ ذیشان' سہیل ظفر' لیہ۔ سرفراز' سرگودھا۔ علی حسن' قصور۔

صدیوں بعد بھی جسم تر و تازہ رہا

سلیمان آصف لاہور

آخر کار وہ دن بھی آ گیا جب قبروں کو کھولنا تھا' دنیا بھر سے مسلمان وہاں جمع ہو چکے تھے۔ پیر کے دن دوپہر بارہ بجے لاکھوں انسانوں کی موجودگی میں قبروں کو کھولا گیا۔ حضرت حذیفہ بن یمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی قبر میں کچھ پانی آ چکا تھا

عراق کا بادشاہ ملک فیصل (اول) گہری نیند میں تھا۔ اس نے خواب میں دیکھا کہ کوئی اس سے کہہ رہا تھا۔ ''ہم رسول اللہ ﷺ کے دو صحابی دریائے دجلہ کے کنارے دفن ہیں۔ دریا کا رخ تبدیل ہو رہا ہے۔ پانی ہماری طرف بڑھ رہا ہے۔ حذیفہ بن یمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی قبر مبارک میں پانی آ چکا ہے جبکہ جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی قبر بھی نم ہونے لگی ہے ہمیں یہاں سے نکال کر دریا کے کنارے سے کچھ فاصلے پر دفن کیا جائے۔''

عراق کے بادشاہ نے یہ الفاظ خواب میں سنے لیکن ان کی طرف کوئی توجہ نہ دی۔ دوسری رات پھر یہی الفاظ سنائی دیئے لیکن اس نے اب بھی توجہ نہ دی۔

تیسری رات یہ خواب عراق کے مفتی اعظم ''نوری السعید پاشا'' کو دکھائی دیا۔ انہوں نے اسی وقت وزیر اعظم کو ساتھ لیا اور بادشاہ کی خدمت میں پہنچ گئے جب انہوں نے بادشاہ سے اپنا خواب بیان کیا تو بادشاہ چونکا اور بولا: ''یہ خواب تو میں بھی دو بار دیکھ چکا ہوں''

اب انہوں نے مشورہ کیا آخر بادشاہ نے مفتی اعظم سے کہا پہلے آپ قبروں کو کھولنے کا فتویٰ دیں تب میں اس خواب کے مطابق عمل کروں گا۔

مفتی اعظم نے اسی وقت قبروں کو کھولنے اور اس میں سے نعشوں کو نکال کر دوسری جگہ دفن کرنے کا فتویٰ جاری کر دیا اب یہ فتویٰ اور شاہی فرمان اخبارات میں شائع کر دیئے گئے اور اعلان کیا گیا کہ عید قربان کے دن دونوں اصحاب رسول ﷺ کی قبریں کھولی جائیں گی۔

اخبارات میں جوں ہی یہ خبر شائع ہوئی تو دنیائے اسلام میں بجلی کی طرح پھیل گئی۔ اخبارات کی دنیا اس خبر کو لے اڑی اور مزے کی بات یہ کہ یہ حج کے دن تھے۔ تمام دنیا سے مسلمان حج کیلئے مکہ اور مدینہ میں پہنچے ہوئے تھے۔ انہوں نے درخواست کی کہ قبریں حج کے چند روز بعد کھولی جائیں تاکہ وہ سب بھی اس پروگرام میں شرکت کر سکیں۔ اسی طرح حجاز' مصر' شام' لبنان' فلسطین' ترکی' ایران' بلغاریہ' روس' ہندوستان وغیرہ ملکوں سے شاہ عراق کے نام سے بے شمار تار پہنچے کہ ہم بھی اس موقع پر شرکت کرنا چاہتے ہیں' مہربانی فرما کر مقررہ تاریخ چند روز آگے بڑھا دی جائے۔

چنانچہ دنیا بھر کے مسلمانوں کی خواہش پر دوسرا فرمان یہ جاری کیا گیا کہ اب یہ کام حج کے دس دن بعد کیا جائے گا۔

آخر کار وہ دن بھی آ گیا جب قبروں کو کھولنا تھا' دنیا بھر سے مسلمان وہاں جمع ہو چکے تھے۔ پیر کے دن دوپہر بارہ بجے لاکھوں انسانوں کی موجودگی میں قبروں کو کھولا گیا۔ حضرت حذیفہ بن یمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی قبر میں کچھ پانی آ چکا تھا جبکہ حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی قبر میں نمی پیدا ہو چکی تھی اگرچہ دریائے دجلہ وہاں سے دو فرلانگ دور تھا۔

تمام ممالک کے سفیروں' عراقی حکومت کے تمام ارکان اور شاہ فیصل کی موجودگی میں پہلے حضرت حذیفہ بن یمان رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی نعش مبارک کو کرین کے ذریعے زمین سے اس طرح اوپر اٹھایا گیا کہ ان کی نعش کرین پر رکھے گئے سٹریچر پر خود بخود آ گئی۔ اب کرین سے سٹریچر کو الگ کر کے شاہ فیصل' مفتی اعظم' وزیر جمہوریہ ترکی اور شہزادہ فاروق ولی عہد مصر نے سٹریچر کو اپنے کندھوں پر اٹھایا اور نہایت احترام کے ساتھ ایک شیشے کے تابوت میں رکھ دیا۔ پھر اسی طرح حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی نعش کو نکالا گیا۔

دونوں نعشوں کے کفن بالکل محفوظ تھے یہاں تک کہ ڈاڑھی مبارک کے بال بھی صحیح سلامت تھے۔ نعشوں کو دیکھ کر قطعاً یہ احساس نہیں ہوتا تھا کہ وہ تیرہ سو سال پہلے کی ہیں بلکہ یوں گماں گزرتا تھا انہیں وفات پائے ابھی مشکل سے دو تین گھنٹے ہوئے ہیں۔ سب سے عجیب بات یہ ہے کہ دونوں کی آنکھیں کھلی ہوئی تھیں۔ ان میں اس قدر تیز چمک تھی کہ دیکھنے والے ان آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر دیکھ نہ سکے۔ بڑے بڑے ڈاکٹر یہ منظر دیکھ کر دنگ رہ گئے۔ اس منظر کو دکھانے کیلئے بڑی بڑی سکرینیں لگائی گئیں تاکہ دھکم پیل نہ ہو اور سب آسانی سے دیکھ لیں۔ اس منظر کو دیکھ کر بہت سے عیسائی' یہودی' ہندو وغیرہ مسلمان ہو گئے۔

بے شک محمد ﷺ کے غلاموں کے کا کفن میلا نہیں ہوتا

مینارۂ نور

حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ بن ارت نے جونہی اسلام قبول کیا۔ مشرکین مکہ کو فوراً اس کی اطلاع ہو گئی اور انہوں نے حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ پر ظلم و ستم کے وہ پہاڑ توڑے کہ جو بھی مسلمان سنتا انگاروں پر لوٹنے لگتا۔ اہل مکہ نے لوہا گرم کر کے ان کا سر داغا کوئلوں کو دہکا کر حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کو ننگے بدن ان پر لٹایا۔ اب اس ظلم و ستم کے بعد بھی حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے کسی کمزوری کا اظہار نہ کیا تو کفار کے دلوں میں مزید غصہ اور بدلہ لینے کا جذبہ پیدا ہوا اور انہوں نے پہلے تو ایک بھاری پتھر حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے سینے پر رکھا......

پھر ایک شیطان نے اس پتھر پر چڑھ کر اچھل کود شروع کر دی۔ دہکتے ہوئے کوئلے ان کے جسم کو جلا کر کمر میں گھس گئے اور چربی پگھل پگھل کر بہنے لگی اس سے کوئلے بھی بجھ گئے۔

حضرت خباب بن الارت رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ پر کفار نے اس قدر ظلم کیے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ایک روز بے اختیار ان کے حق میں دعا کی......! اے اللہ خباب کی مدد فرما۔ حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کی پیٹھ پر جلنے کے یہ داغ ہمیشہ موجود رہے۔ ان کی کھال جل گئی اور سفید داغ پڑ گئے تھے۔ ان کا چھوٹا بچہ کمر کے ان سوراخوں میں انگلی ڈال کر کھیلا کرتا تھا۔ یہ تھے صبر و استقامت (برداشت کرنا اور دین پر جم جانا) کے زندہ پہاڑ حضرت خباب رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ جن کا مبارک نام اسلام کی تاریخ کے صفحات پر جگمگا رہا ہے۔

بچو......! دیکھو کتنی مشکلات سے یہ دین ہم تک پہنچا ہے تو ہم ہرگز دینی احکام کو ضائع نہ کریں جو بھی صحیح اور اچھی باتیں اور آپ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی سنتیں اور دعائیں ہمیں علم والوں سے ملیں ہم انہیں یاد رکھیں اور ان پر عمل کریں اور دوسرے دوستوں کو بھی بتائیں اور ہمت کر کے گناہ کے سارے کاموں سے بچیں اور دل میں پکا ارادہ رکھیں کہ ہر ایک کو اللہ کے سچے دین کی صحیح باتیں اور نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی مبارک سنتیں ہم ضرور سکھائیں گے۔

(بقیہ: درس ہدایت سے فیض پانے والے)

اپنی مہینے کی تنخواہ میں سے اڑھائی فیصد صدقہ نکالنے سے غیب کے خزانوں سے برکت ملتی ہے۔ اس دن سے میں نے اڑھائی فیصد صدقہ نکالا شروع کیا آپ یقین جانیے کچھ عرصے بعد ہی میرے رزق میں ایسی برکت ہونے لگی کہ میں خود حیران ہو گیا اور میرا یقین اور مضبوط ہو گیا۔ گزشتہ کئی ماہ سے میں یہ عمل کر رہا ہوں اور الحمدللہ مہینہ ختم ہونے کے بعد بھی میری تنخواہ بچ جاتی ہے۔ حالانکہ سب ضروریات بھی وہی ہیں میں اللہ کے بعد آپ کا شکر گزار ہوں کہ آپ کی وجہ سے مجھے اتنا قیمتی عمل ملا اور جس نے میری ساری مالی پریشانیاں دور کر دیں۔ **(محمد علی لاہور)**

جنات نے جینا حرام کر دیا

و۔س، حیدر آباد

اس کو جہاں ڈیوٹی ملتی ہے 2 یا 3 مہینے کے بعد آفس والے کہتے ہیں کہ ہمارا پراجیکٹ ختم ہو چکا ہے اس لیے اب آپ گھر جاسکتے ہیں یہ اب تک دو بار ہو چکا ہے میری ماں کو بھی ڈاکٹروں نے کہہ دیا ہے کہ اسے پیٹ میں ورم ہے اندر غدود ہو چکا ہے ایسا لگتا ہے کہ ساری تکلیفیں ہمارے اوپر ٹوٹ پڑی ہیں

السلام علیکم حکیم صاحب! میری عمر 23 سال ہے بی کام کا سٹوڈنٹ ہوں۔ حکیم صاحب میرے والد 9 سال پہلے اسٹیٹ لائف انشورنس میں سکیورٹی گارڈ کی نوکری کرتے تھے شہر میں ہمارا اپنا گھر تھا۔ جہاں ہم بہت خوش رہتے تھے اس مکان میں ہمارے ساتھ عجیب واقعہ ہوا مجھے اور میرے چھوٹے بھائی کو عجیب آوازیں سنائی دیتی تھیں۔ ایک رات میں اور میرا بھائی نیچے سو رہے تھے اچانک باتھ روم کے دروازے کھل گئے اور باتھ روم کے نل کھل جاتے تھے۔ ایسا محسوس ہوتا تھا جیسے کوئی باتھ میں ہے۔

اس کے بعد میری چھوٹی بہن نے ہمیں بتایا کہ کوئی شخص اوپر چھت سے کپڑوں کی گٹھڑی اٹھا کر میرے پیٹ پر رکھ رہا ہے۔ اس کے بعد میری دادی جو دوسرے کمرے میں سوتی تھیں انہوں نے ہمیں بتایا کہ کوئی شخص یہاں آیا تھا اور مجھے کہہ رہا تھا کہ یہاں سے چلے جاؤ یہاں کیوں آئے ہو؟ اور رات کو اوپر چھت سے پازیب کی آوازیں سنائی دیتی تھیں اور ایسا محسوس ہوتا تھا کہ جیسے کوئی ناچ رہا ہو۔ عاملوں سے رجوع کیا تو انہوں نے ہمیں بتایا کہ یہاں آپ کے گھر میں ایک شاہ جن رہتا ہے آپ جب اس گھر میں آئے تھے تب آپ کے بچے اس کے چھوٹے بچے کی ٹانگ کے اوپر چڑھ گئے تھے اور اس جن کے بچے کی ٹانگ ٹوٹ گئی اس گھر میں جاتے ہی میرے والد کی ڈیوٹی ختم ہوگئی اور جو آفس سے 3 لاکھ روپے میرے والد کو گولڈن شیک کے ملے اس میں سے میرے والد نے کچے میں 5 سال کیلئے زمین خریدی وہاں بھی ایک فصل کے بعد وہاں کے آدمی میرے والد کو دھمکیاں دیتے رہے اور کہتے تھے کہ یہاں آؤ گے تو ہم تم کو ماردینگے اور پھر وہ زمین چھوڑنی پڑی اور اس کے بعد ہم پریشانی فاقہ کشی کی زندگی گزارتے رہے۔

دو سال کے بعد ہمارے گھر پر ہاؤس بلڈنگ کا لون چڑھ گیا اور گیس اور لائٹ کا بل بڑھتا جا رہا تھا۔ مجبوراً ہمیں وہ گھر بھی بیچنا پڑا گھر بیچنے کے بعد ہمارے پاس صرف ایک لاکھ روپے بچے تھے اس میں سے ہم نے ہمارے گاؤں گھر بنوایا اور کوئی اور چارا بھی نہیں تھا اب ہم یہاں گاؤں میں رہتے ہیں اور یہاں ہمیں 7 سال ہو چکے ہیں۔ میرا چھوٹا بھائی جو دن رات محنت کر کے اب کمپیوٹر سیکھ گیا ہے ویب ڈویلپر بن چکا ہے لیکن اس کو جہاں ڈیوٹی ملتی ہے 2 یا 3 مہینے کے بعد آفس والے کہتے ہیں کہ ہمارا پراجیکٹ ختم ہو چکا ہے اس لیے اب آپ گھر جاسکتے ہیں یہ اب تک دو بار ہو چکا ہے میری ماں کو بھی ڈاکٹروں نے کہہ دیا ہے کہ اسے پیٹ میں ورم ہے اندر غدود ہو چکا ہے ایسا لگتا ہے کہ ساری تکلیفیں ہمارے اوپر ٹوٹ پڑی ہیں۔ بیروزگاری پریشانی اور بیماری کی وجہ سے میں پریشان ہوگیا ہوں، گھر کی وجہ سے میں اپنی پڑھائی بھی صحیح طریقے سے حاصل نہیں کرسکا ہوں۔ دن بدن کمزور سست ہوتا جا رہا ہوں۔ علم حاصل کرنا چاہتا ہوں لیکن اب پڑھائی میں بالکل دل نہیں لگتا۔ میری ساری قابلیت مرچکی ہے میں اندر سے ٹوٹ چکا ہوں۔ پڑھائی میں کمزور ہوں اسی لیے D گریڈ میں پاس ہوتا ہوں گھر والے سب مجھ سے بڑی بڑی امیدیں لگائے ہوئے ہیں اب میں کیسے دنیا اور آخرت میں کامیابی حاصل کروں۔ میں بچپن میں بہت ہوشیار تھا بہت باتیں کرتا تھا اب ہر وقت خاموش اور پریشان رہتا ہوں۔ میں احساس کمتری میں مبتلا ہو چکا ہوں۔ حکیم صاحب مجھے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ میں پڑھنے لکھنے میں ہوشیار ہوجاؤں اور میری صلاحیتیں زندہ ہوجائیں تاکہ میں دین و دنیا میں کامیابی حاصل کر کے اپنے ماں باپ کی خدمت کروں اور دوسروں کو بھی فائدہ پہنچا سکوں۔ مجھے لگتا ہے یہ انہی جناتی طاقتوں کی کارستانی ہے اور شیاطین جنات ہمارے گھر کو برباد کرنے پر تلے ہوئے ہیں۔ شائد وہ ہم سے انتقام لے رہے ہیں۔

قارئین کی شکایت ہے کہ ہم جنات کی کہانیاں کسی کتاب سے تحریر کرتے ہیں کیا یہ بھی کہانی ہے؟؟؟

پیارے نبی ﷺ کی زیارت کا وظیفہ

جمعرات کو صاف ستھرے کپڑے پہن کو خوشبو لگائیں اور عشاء کی نماز کے بعد 1 ہزار دفعہ سورۃ الکوثر پڑھیں۔ یہ عمل 5 جمعرات تک کریں۔ انشاء اللہ حضور ﷺ کی زیارت نصیب ہوگی جب زیارت ہوجائے تو بچوں میں مٹھائی تقسیم کر دیں۔ (بیگم منظور، حویلی لکھا)

عظمت والا کلمہ

عبدالغفور نقشبندی، بنوں

جہنم کے سات دروازے ہیں تو ہر ایک لفظ کے بدلے ہر ایک دروازے سے خداوند کریم بچاؤ کا سبب بنائیں گے۔

لا الہ الا اللہ یہ وہ کلمہ ہے جس کو پڑھ کر انسان کفر شرک سے تائب ہوکر ایمان سے مالا مال ہوجاتا ہے اور اللہ رب العزت کے پسندیدہ بندوں میں شامل ہوجاتا ہے۔ ☆ لا الہ الا اللہ کے 12 حروف ہیں اور محمد رسول اللہ کے بھی 12 حروف ہیں اور سال کے مہینے بھی 12 ہیں ہر ایک حرف ہر ماہ کی بخشش کا ذریعہ بنے گا۔

☆ دن رات کے 24 گھنٹے ہیں اور کلمہ طیبہ کے بھی 24 حروف ہیں جو اس کے ذکر سے اللہ رب العزت ہر حرف کے بدلے ہر گھنٹے کے گناہ معاف فرمادیں گے۔ ☆ اس کلمہ کے اندر 7 الفاظ ہیں اور انسان سات اعضاء سے ہی گناہ کرتا ہے۔ آنکھ، کان، ہاتھ، زبان، پاؤں، شرمگاہ اور حرام کھانے سے۔ جو انسان اس کا ذکر کثرت سے کرتا ہے اللہ رب العزت اس کو ان سات اعضاء کے گناہوں سے محفوظ رکھے گا۔ جہنم کے سات دروازے ہیں تو ہر ایک لفظ کے بدلے ہر ایک دروازے سے خداوند کریم بچاؤ کا سبب بنائیں گے۔ ☆ اس کلمہ میں کوئی نقطہ نہیں ہے یہ ہمیں اللہ تعالیٰ کی وحدانیت کا پیغام دے رہا ہے کہ میرے دربار میں شرک کی کوئی گنجائش نہیں۔

برکت والی تھیلی

گزشتہ دور کے صحابہ و اہل بیت رضوان اللہ علیہم اجمعین، اولیا کرام رحمۃ اللہ علیہ کی زندگی میں برکت تھی جہاں اعمال صالح تھے وہاں برکت والی تھیلی بھی ان کی ساتھی تھی۔ حضرت حکیم صاحب کی خصوصی دم کی ہوئی برکت والی تھیلی مفلس، غریب، نادار، تنگدست اور قرضوں میں ڈوبے ہوؤں کیلئے ایک انمول تحفہ اور خزانہ ہے۔ آپ تمام رقم تھوڑی ہو یا زیادہ اسی میں رکھیں اور نکالتے اور ڈالتے وقت تسمیہ کیساتھ ایک بار سورۂ کوثر پڑھ لیں کبھی برکت اور رقم ختم نہیں ہوگی۔ مرد اپنے ساتھ رکھ سکتے ہیں، عورتیں اپنے پرس میں رکھ سکتی ہیں، گھر میں بھی رکھ سکتے ہیں۔ روزانہ 129 دفعہ صبح و شام سورۂ کوثر مع تسمیہ پڑھ کر اسی تھیلی پر دم کر دیں، یہ عمل دن میں ایک بار بھی کرسکتے ہیں لیکن اگر دو بار کریں تو نفع زیادہ ہوگا۔ جتنا گڑ اتنا میٹھا۔ اگر تمام عمر کا معمول بنالیں تو پھر کمال دیکھیں۔ وضو بے وضو ہر حالت میں کرسکتے ہیں لیکن باوضو برکت زیادہ ہوگی۔ حضرت حکیم صاحب کی طرف سے اس عمل کی سب کو اجازت ہے۔ **برکت والی تھیلی 20 روپے میں عبقری کے دفتر سے حاصل کریں۔ (علاوہ ڈاک خرچ)**

رزق حرام کا نسلوں پر اثر

ابو محمد زین العابدین بخاری

اب جندن شاہ پر شیطان نے قبضہ کرلیا۔ شیطان نے مشورہ دیا کہ باغ اپنے نام منتقل کرالو۔ یہ شخص ان پڑھ ہے اس کو علم نہیں ہوگا۔ تین دن کا وقت اس لیے دیا تھا۔ دوسرے دن جندن شاہ پٹواری سے ملا اور اس کو اپنے منصوبہ سے آگاہ کیا

بعض اوقات انسان لالچ میں آ کر اپنا سب کچھ گنوا دیتا ہے۔ شیطان ایسی ترغیب دیتا ہے کہ انسان اس کی باتوں میں آجاتا ہے اور ایمان جیسی دولت چھن جاتی ہے۔ جندن شاہ ہمارے علاقے میں جانی پہچانی شخصیت تھا۔ شروع میں نیک دل انسان تھا۔ غربت تھی مگر اس کے باوجود ابھی ایمان باقی تھا۔ پھر شیطان نے ایسا غلبہ کیا کہ امیر ہونے کے چکر میں پڑ گیا۔ پہلے تو سونا بنانے والوں کے پاس پھرتا رہا۔ کافی وقت وہاں ضائع کیا۔ کئی کئی دن گھر سے غائب رہتا۔ جب بھی کوئی پوچھتا کہ سونا کہاں تک پہنچا۔ یہی جواب دیتا کہ بس تھوڑی کمی رہ گئی ہے۔ آئندہ بن جائے گا۔ تھوڑی بہت زمین تھی وہ بھی اسی سونا بنانے کی نذر ہوگئی۔ وہاں سونا بناتے ہوئے ایک شخص نے کہا کہ اسم اعظم تلاش کریں۔ اگر اسم اعظم مل جائے تو پھر وارے نیارے۔ اب اسم اعظم کی تلاش میں نکل کھڑے ہوئے۔ مختلف افراد کے پاس جانا شروع کر دیا۔ اللہ والوں کے پاس گئے۔ انہوں نے نوافل پڑھائے اور وظائف شروع کر دیئے جن سے باطن صاف ہوتا ہے مگر ان کا یہ مقصود نہیں تھا۔ کو کہ ان کا باطن صاف ہو رہا تھا مگر ان کی تسلی نہیں ہو رہی تھی۔ مایوس ہو کر گھر کے قریب مسجد میں بیٹھ گئے اور اللہ اللہ شروع کر دی۔ اللہ تعالیٰ نے کرم کیا تنگی خوشحالی میں بدلنے لگی۔ کچھ اراضی ٹھیکے پر لے کر کاشت شروع کر دی اللہ نے برکت دی فصل اچھی ہوئی اور کافی نفع کمایا۔ اس کے ساتھ اور اراضی ٹھیکے پر لے لی اس بار بھی اچھی فصل کی وجہ سے اچھی خاصی رقم ہاتھ آئی۔ میڈیکل سٹور کھول لیا۔ اللہ پاک نے برکت ڈال دی مگر امیر ہونے کی خواہش ختم نہ ہوئی بلکہ مزید شدت بڑھ گئی جو اراضی ٹھیکے پر لی تھی اس کو خرید کرنے کی شدید خواہش پیدا ہوگئی اور اس سلسلے میں لوگوں کے پاس چکر لگانے شروع کر دیئے۔ ان میں سکھ، ہندو شامل تھے۔ ہندو نے منتر بتائے وہ پڑھے اس دوران ایک شخص ان کے پاس آیا واقف کار تھا۔ جندن شاہ نے اپنا حلیہ تبدیل کرلیا تھا۔ ڈاڑھی رکھ لی تھی اور لوگوں میں اعتماد بھی بحال کرلیا تھا۔ اس شخص نے کہا کہ اسے رقم کی سخت ضرورت ہے۔ جندن شاہ نے کہا کہ وہ رقم تو دے دے گا مگر کوئی ضمانت دو۔ یہ کوئی 40 سال قبل کا واقعہ ہے۔ اس شخص نے کہا کہ مجھے صرف 2 ہزار روپے کی ضرورت ہے اور اس کے پاس شہر کے قریب 20 کنال اراضی پر قلمی آم کا باغ ہے وہ بطور ضمانت دینے کیلئے تیار ہے اور چھ ماہ بعد رقم ادا کر دے گا۔

جندن شاہ نے کہا کہ پرسوں عدالت آجائے اسٹامپ تحریر کرا دے اور رقم وصول کرلے اب جندن شاہ پر شیطان نے قبضہ کرلیا۔ شیطان نے مشورہ دیا کہ باغ اپنے نام منتقل کرالو۔ یہ شخص ان پڑھ ہے اس کو علم نہیں ہوگا۔ تین دن کا وقت اس لیے دیا تھا۔ دوسرے دن جندن شاہ پٹواری سے ملا اور اس کو اپنے منصوبہ سے آگاہ کیا کہ جب یہ شخص آئے تو اس کو یہ کہے کہ باغ چھ ماہ کیلئے گروی رکھ رہا ہے مگر انتقال پکا جندن شاہ کے نام درج کر دے۔ پٹواری نے کہا کہ وہ اس کیلئے ایک ہزار رشوت لے گا۔ آج سے 40 سال قبل ایک ہزار روپے بھی چالیس ہزار کے برابر تھا۔ جندن شاہ نے کہا کہ وہ دینے کیلئے تیار ہے۔ تیسرے دن وہ شخص جندن شاہ کے پاس آیا اور کہا کہ وہ رقم دینے کیلئے تیار ہے۔

تیسرے دن وہ شخص جندن شاہ کے پاس آیا اور کہا وہ دو ہزار روپے دے۔ جندن شاہ نے کہا کہ پٹواری کے پاس چلنا ہے اسے یہ کہہ دو کہ چھ ماہ کیلئے رقم ادھار لی ہے اور انگوٹھا لگا دو۔ وہ شخص سیدھا سادہ تھا اس نے حامی بھر لی اور جندن شاہ پر اعتماد کیا اور پٹواری کے پاس چلا گیا۔ پٹواری نے منہ مانگی رقم لی ہوئی تھی۔ اس نے جندن شاہ کے کہنے پر کہا کہ چھ ماہ کیلئے رقم لی ہے۔ اس نے کہا کہ ہاں! پٹواری نے چالاکی سے انتقال بیع پر انگوٹھا جات لگوا لیے۔ چھ ماہ تک جندن شاہ نے اس شخص کو کچھ نہ کہا بلکہ میعاد سے جب ایک دو دن باقی تھے تو جندن شاہ خود اس شخص کے پاس گیا اور کہا کہ فکر نہ کرے ابھی اس کو رقم کی ضرورت نہیں ہے۔ رقم لیکر نہ آئے وہ شخص جندن شاہ کی ''ایمانداری'' پر بہت خوش ہوا۔ اس طرح جندن شاہ نے مزید چھ ماہ گزار دیئے۔ جب اس سارے واقعہ کو ایک سال گزر گیا تو وہ شخص خوشی خوشی دکان پر آیا اور کہا کہ اپنی رقم 2000 روپے واپس لے لو اور اسٹامپ واپس کرو تو جندن شاہ انتہائی مکروہ انداز میں ہنسنے لگا اور کافی دیر ہنستا رہا۔ وہ شخص پریشان ہوگیا کہ کیا مسئلہ ہوگیا۔

جندن شاہ نے عجیب نظروں سے گھورتے ہوئے کہا کہ کونسی رقم؟ کونسا سٹامپ۔ تم پاگل تو نہیں ہوگئے؟ تم تو ایک سال قبل اپنا تمام باغ مجھے فروخت کر چکے ہو۔ کونسی رقم واپس لوں۔ تم نے تو باغ مجھے فروخت کر دیا ہے۔ انتقال منظور ہو چکا اب پہلی دفعہ اس شخص کو اس بات کا پتہ چلا تو اس نے رونا شروع کر دیا۔ لوگوں کو اکٹھا کرلیا اور کہنے لگا کہ میں نے دو ہزار ادھار لیے تھے اب واپس کرنے آیا ہوں۔ جندن شاہ نے کہا کہ یہ شخص جھوٹا ہے' مکار ہے اس نے اپنا باغ مجھے فروخت کر دیا ہے۔ پٹواری کے پاس پیش ہو کر اس نے بیان دیا ہے۔ جندن شاہ نے انتقال کی نقل تمام لوگوں کو دکھائی۔ اب اس شخص کی سمجھ آئی کہ میرے ساتھ دھوکہ ہوا ہے اور اس شخص نے جھولی اٹھا کر بددعا دی کہ ''جندن شاہ تو برباد ہوگا' تیری نسلیں برباد ہوں گی' تمہیں اس باغ سے نفع کبھی نہیں ملے گا' وہ شخص روتا ہوا واپس چلا گیا اور اس نے روزانہ کا معمول بنالیا کہ وہ اس کی دکان پر آتا یہی بددعا دیتا کہ تو برباد ہوگا' تیری نسلیں برباد ہوں گی۔ اسی صدمہ کی وجہ سے چند مہینوں بعد اس شخص کا انتقال ہوگیا۔ جندن شاہ بہت مطمئن تھا کہ چلو وہ روزانہ آکر تنگ کرتا تھا اس سے جان چھوٹ گئی۔ چھ ماہ بعد اچانک جندن شاہ کو دل کا دورہ پڑا جو جان لیوا ثابت ہوا۔ اب جندن شاہ کا جنازہ گھر پڑا ہوا تھا لیکن اس کے بیٹوں نے جائیداد کیلئے آپس میں لڑنا شروع کر دیا سب سے بڑا تنازع یہی باغ تھا۔ قل خوانی کے بعد تمام رشتہ دار اکٹھے ہوئے اور بیٹوں کو سمجھایا کہ تم مل بیٹھ کر اپنی بہنوں کو بھی حصہ دو۔ مگر نوبت ہاتھا پائی تک جا پہنچی۔ ہر بھائی چاہتا تھا کہ باغ اس کے حصے میں آئے بڑی مشکل سے سمجھا بجھا کر باغ کو تقسیم کیا گیا۔

اب بیٹوں کے دوست بننا شروع ہوگئے اور تمام بیٹے عیاشی میں پڑ گئے اور زمین بکنا شروع ہوگئی اور آہستہ آہستہ بکتے ہوئے تمام باغ بک گیا ہے۔ ایک بیٹی کے خاوند نے یہی مطالبہ کیا تھا کہ پہلے زمین بیچو اس نے ضد کی خاوند نے طلاق دیدی تمام بیٹے مل کر ماں کو مارتے ہیں۔ سارا خاندان بکھر گیا ہے تمام جائیداد بک گئی۔ کوئی بھی شخص جندن شاہ کے بیٹوں کے ساتھ ایک روپے کا لین دین کرنے کو تیار نہیں ہے۔ بیٹیاں روزانہ اپنے خاوندوں سے بلاوجہ مار کھاتی ہیں۔ گھر میں عجیب قسم کی ویرانی اور وحشت ہے۔ صحیح معنوں میں نسل برباد ہوگئی ہے اور پتہ نہیں کہ یہ بربادی کتنی نسلوں تک چلتی ہے۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرِنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ، کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

دسمبر کے جوابات

1۔ بھائی انور صاحب آپ کا نفسیاتی مسئلہ لگتا ہے۔ آپ عبقری کے دفتر سے ''سکونی'' ایک دوا ہے اسے استعمال کر کے دیکھیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور نماز کی باقاعدگی رکھیں باوضو رہیں ہر وقت اور ہر نماز کے بعد 11 بار مکمل اذان پڑھ کر اپنے سینے پر دم کرلیا کریں۔ اللہ خیر کریگا۔ **(ارشد، کراچی)**

2۔ بیٹا آپ بازار میں جہاں دیسی جڑی بوٹیاں ملتی ہوں وہاں سے خشک دھنیا ایک کلو خرید لیں یہ سب آپ نے کھانا ہے۔ روزانہ ایک چائے والا چمچ صبح اور شام کھانا ہے۔ بغیر پانی وغیرہ کے آپ اس کو کھا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کو بہت جلد فائدہ ہوگا۔ **(عبدالرحمٰن، جھنگ)**

3۔ بھائی آپ کلونجی کا تیل اپنے سامنے نکلوائیں روزانہ رات سوتے وقت تولیا سے متاثرہ جگہ کو اچھی طرح رگڑ کر اس جگہ پر یہ تیل انگلی کی مدد سے مساج کرلیا کریں بال نکل آئیں گے۔ **(ش۔ سرگودھا)**

☆ آپ 3 چمچ سرکہ، 3 چمچ عرق لیموں میں ایک عدد کیلا اچھی طرح پھینٹ کر سر پر لگایا کریں بال نکلنا شروع ہوجائیں گے اور گرنا بند ہوجائیں گے۔ **(افضل، سیالکوٹ)**

4۔ آپ صبح سویرے اٹھ کر نماز ادا کیا کریں۔ پھر سیر کو نکل جایا کریں۔ 50 سال کے ہیں تو آپ کم از کم 50 منٹ پیدل واک کریں روزانہ۔ واپسی پر ایک عدد سیب کھائیں اور جو کا دلیہ دودھ میں پکا ہوا اس میں شہد ملا کر پیٹ بھر کر کھائیں یہ آپ کا ناشتہ ہے۔ 11 بجے ایک عدد کوئی سا پھل کھا سکتے ہیں۔ دوپہر کو حسب ضرورت کھانا جس میں نمک مرچ کم اور بھنا ہوا کم ہو کھائیں اور بعد میں قیلولہ کریں۔ ایک گھنٹہ شام کو عصر کے بعد کچھ ہوا خوری بھی کی جاسکتی ہے۔ رات کا کھانا جلد کھائیں اور کم کھائیں اور کچھ دیر چہل قدمی کر کے سو جائیں یہ جسمانی پرہیز و پابندی تھی اور ناجائز اور حرام کاموں سے بچتے رہیں تو انشاء اللہ زندگی میں سکون و برکت بھی ہوگی۔ **(ڈاکٹر بشریٰ، لاہور)**

فروری کے سوالات

1۔ قارئین میں اپنا مسئلہ لیکر حاضر ہوئی ہوں، میں جسمانی طور پر انتہائی کمزور ہوں حالانکہ میں وقت پر کھانا کھاتی ہوں، بھوک مجھے بہت زیادہ لگتی ہے مجھے معدے وغیرہ کی کوئی تکلیف نہیں ہے۔ کھانا بہت جلد ہضم ہوجاتا ہے۔ 10 یا 15 منٹ بعد پھر بھوک لگ جاتی ہے۔ قارئین! مجھے سمجھ نہیں آتا کہ مجھے بھوک لگنے کے باوجود بھی میری جسمانی صحت بالکل نہیں ہے جبکہ جو لوگ کمزور ہوتے ہیں انہیں بھوک بھی کم لگتی ہے اور وہ کسی نہ کسی بیماری میں مبتلا ہوتے ہیں۔ ان علامات کی روشنی میں آپ میرے لیے براہ مہربانی کوئی نسخہ تجویز کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو اس کا اجر دیگا۔ **(زہرا مقدر، حضرو)**

2۔ میرا گلا اکثر خراب رہتا ہے، گلے میں زخم ہوجاتا ہے اور گلے میں چھالے بھی نکلتے ہیں اور گلا ہر وقت سرخ رہتا ہے۔ دوائی سے وقتی طور پر آرام آجاتا ہے۔ تقریباً ایک سال سے یہی حال ہے، نزلہ اور کیرہ بھی ہے، مہربانی فرما کر کوئی اچھی سی دوا تجویز کریں۔ **(ثمینہ، گوجرانوالہ)**

3۔ میرے منہ پر ہلکے ہلکے بال ہیں، میں چاہتی ہوں کہ میرا چہرہ بالوں سے بالکل صاف ہوجائے۔ آپ سے درخواست ہے کہ مجھے کوئی ایسا لوشن، دوا یا نسخہ بتائیں جس کے لگانے یا استعمال کرنے سے میرا چہرہ بالوں سے بالکل صاف ہوجائے اور رنگ بھی نکھر آئے لیکن مجھے ان بالوں کو پہلے ہٹانا نہ پڑے۔ میں فرسٹ ایئر کی طالبہ ہوں، میری عمر اتنی نہیں کہ میں ان بالوں کو ہٹاؤں۔ **(عائشہ صدیقہ، کوہاٹ)**

4۔ میری والدہ کو کافی عرصہ سے اٹھراہ ہے۔ ہم نے بہت سی ادویات استعمال کی ہیں لیکن ان سے وقتی آرام آتا ہے۔ مہربانی فرما کر کوئی اچھا سا نسخہ بتایا جائے۔ **(مہوش علی، لاہور)**

5۔ میرے بیٹے کی عمر تقریباً سوا دو سال ہے جس کے پیٹ میں کیڑے ہیں۔ ایک سال کا تھا جب سے اسے دوائیاں دے رہے ہیں۔ ایک مہینہ آرام آجاتا ہے پھر دوبارہ ہوجاتے ہیں جس کی وجہ سے چڑچڑا ہو رہا ہے اور کمزور بھی۔ مہربانی کر کے اگر کسی کو کوئی نسخہ یا علاج معلوم ہو تو بتادیں۔ **(مسز عدنان، راولپنڈی)**

سفوف برائے بلڈ پریشر

تھوم ایک پاؤ لے کر چھیل کر کوٹ لیں۔ بعد میں پانی نکالے بغیر خشک کر کے سفوف بنالیں۔ **خوراک:** 1 بڑا کیپسول صبح کو ہمراہ پانی لیں۔

حب بواسیر مجرب

برگ مہندی، 5 گرام، رسونت انڈین 125 گرام، سہاگہ بریاں، پھٹکڑی بریاں 8 ماشہ، دہی 10 تولہ۔

سب دواؤں کو باریک پیس کر دہی میں کھرل کر کے چنے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک: پہلے تین دن ایک گولی صبح دوپہر شام صبح ہمراہ دہی ناشتہ دہی سے پھر 1 گولی روزانہ لیں انشاء اللہ چالیس یوم میں مکمل شفا ہوگی۔

حب بواسیر

پھٹکڑی سفید 6 تولہ، مقطر مولی کا پانی 1 کلو، رسول 5 تولہ، اسکا نتھرا ہوا پانی ڈیڑھ کلو پانی ڈالیں۔

پھٹکڑی باریک کر کے مولی کے پانی میں پکائیں جب آدھا رہ جائے تو رسول والا پانی ڈال دیں۔ گاڑھا ہونے پر گولیاں بنالیں۔ خوراک 1,2 گولی صبح ہمراہ مکھن اور دہی کی لسی سے لیں۔

سفوف بواسیر

چھالکا ریٹھہ 5 تولہ، کتھ سفید 5 تولہ، سفوف بنالیں۔ ایک چھوٹا کیپسول شام کو ہمراہ ملائی دیں۔

سفوف برائے بلڈ پریشر

تھوم ایک پاؤ لے کر چھیل کر کوٹ لیں۔ بعد میں پانی نکالے بغیر خشک کر کے سفوف بنالیں۔

خوراک: 1 بڑا کیپسول صبح کو ہمراہ پانی لیں۔

نسخہ برائے شوگر

سنگجرا 1 پاؤ، ون ویڑی سبز 1 کلو، ڈولی 1 عدد، اوپلے 30 کلو۔ ون ویڑی کا گودا بنا کر سنگجرا درمیان میں رکھ کر ڈولی میں گل حکمت کر کے اوپلوں کی آگ دے کر سرد ہونے پر نکال لیں۔ **خوراک:** 2 کیپسول صبح و شام ہمراہ پانی لیں۔ **(صفحہ 201 بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں، لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

مبارک خواب

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میں اور میری بڑی بہن ٹیوشن سے گھر واپس آئے ہیں' اتنے میں گھنٹی بجتی ہے اور کچھ اجنبی مہمان گھر میں داخل ہوجاتے ہیں جن میں کچھ بزرگ اور ایک لڑکی بھی تھی' امی نے ان کو سلام کرنے کو کہا اور بزرگ مہمان آتے رہے' میں سلام کرتی رہی۔ ایک بزرگ ہمارے نیچے والے صحن میں تسبیح پڑھتے ہوئے اس طرح ٹہل رہے تھے کہ میں باوجود کوشش کے ان بزرگ کا چہرہ نہ دیکھ سکی پھر میں نے انہیں جھک کر سلام کیا اور بزرگ نے میرے سر پر ہاتھ پھیرا اور گردن کے پیچھے بوسہ دیا اور دعا دینے لگے کہ تو ہمیشہ کامیاب رہے اور ہر امتحان میں پاس ہو۔ میں نے لڑکی کا ہاتھ پکڑ کر بزرگ کے بارے میں پوچھا کہ یہ کون ہیں تو وہ ٹال گئی پھر صحن میں دوبارہ گئی تو بزرگ نہیں تھے پھر میری آنکھ کھل گئی۔ **(نبیلہ' جہلم)**

تعبیر: ماشاء اللہ خواب مبارک ہے۔ آپ کے کام آسان ہونگے بشرطیکہ آپ نیک اعمال کا اہتمام کریں' آپ روزانہ فجر کی نماز کے بعد ایک بار ''سورۂ یٰسین'' کی تلاوت کا اہتمام کریں۔

حالت اچھی نہیں

خواب: والد صاحب مسجد میں بیٹھے ہیں اور انہوں نے اس آدمی سے جس نے انہیں خواب میں دیکھا اس سے کہا کہ میرے بیٹوں کو بلاؤ کہ آ کر نماز ادا کریں۔ **(لیاقت' سندھ)**

تعبیر: خواب میں اس بات کا اشارہ ہے کہ آپ کی حالت اچھی نہیں ہے آپ نیک اعمال کی طرف توجہ دیں اور کثرت سے توبہ استغفار کریں۔

سورۂ مریم کی تلاوت

خواب: گزشتہ 15 برسوں سے خواب دیکھ رہی ہوں کہ میرا جوتا گم ہوجاتا ہے یا ٹوٹ جاتا ہے اب یہ خواب بند ہوگئے ہیں اب میں راستہ بھول جاتی ہوں اگر کسی کے ساتھ ہوتی ہوں تو وہ لوگ مجھے چھوڑ دیتے ہیں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(ف۔راولپنڈی)**

تعبیر: خواب کے مطابق تو حالات بہت خراب ہیں۔ کافی پریشانیاں معلوم ہوتی ہیں۔ آپ صدقہ خیرات کریں اور روزانہ مغرب کی نماز کے بعد ''سورۂ مریم'' ایک بار پڑھ کر حالات کی بہتری کی دعا کریں۔

حال اچھا ہے

خواب: دیکھا کہ میرے دادا جان جو اب اس دنیا میں نہیں رہے اور خواب میں بھی مجھے پتہ تھا کہ وہ اس دنیا میں نہیں۔ دیکھا کہ دادا جان ایک چشمے پر بیٹھے ہیں اور ادھر عبادت کرتے ہیں۔ کھاتے پیتے اور بیٹھتے ہیں اور سوتے ہیں تو میں ان کے پاس گیا۔ سلام کیا اور ان کا ہاتھ چوما اور کہا کہ دادا جان میرے لیے دعائے خیر کریں۔ دادا جان نے ہاتھ میرے کندھے پر رکھ کر دعائے خیر کی۔ پھر میں نے دیکھا کہ دادا جان کے تکیے کے نیچے ایک مرد یعنی انسان کی ایک پوری ٹانگ پڑی ہے۔ تو میں نے دادا جان سے پوچھا کہ یہ ٹانگ کس کی ہے اور یہاں آپ کے پاس کیوں رکھی ہے تو دادا جان نے کہا کہ یہ ٹانگ مجھے کسی ڈاکٹر نے دی ہے کہ یہ ٹانگ بیمار ہے آپ اسے دم کردیں۔ اتنے میں آنکھ کھل گئی۔ **(عابد۔مانسہرہ)**

تعبیر: خواب کے مطابق تو آپ کے مرحوم دادا کا حال بہت اچھا ہے۔ آپ بھی نیک اعمال کی طرف توجہ دیں اور ان کی نصیحتوں پر عمل کریں۔ ان کے بتائے ہوئے وظیفے سے آپ کو نفع ہوگا اور بیماری دور ہوگی۔

گندے اثرات کا چکر

خواب: میری ہمسائی ہمارے گھر آئی تو اس کے ساتھ ہی ایک بلی ہمارے گھر میں داخل ہوکر میری طرف بڑھی جب میں اسے مارنے لگی تو وہ جالی والی کھڑکی کے سوراخ میں داخل ہوکر پھر میری طرف پلٹی لیکن میں نے بلی کو مارنے کیلئے اپنے ہاتھ سے زوردار جھٹکا مارا کہ بلی کا مغز میرے چہرے پر آگرا اور سر ایک طرف گر گیا اور بلی مرگئی' وہ ہمسائی جو گھر میں داخل ہوئی تھی کہتی ہے وہ بلی کا پوچھ رہی ہیں میں نے اس سے جھوٹ بولا کہ بلی چلی گئی ہے۔ **(سمیرا' سرگودھا)**

تعبیر: خواب تو اچھا نہیں ہے۔ گندے اثرات کی وجہ سے آپ کو کافی نقصان ہورہا ہے۔ دشمن کے حملے سے آپ کی حفاظت ہوئی ہے۔ آپ کسی بھی غیر پر اعتماد نہ کریں۔ اپنا اور گھر والوں کا خیال رکھیں ہر نماز کے بعد تین بار آیۃ الکرسی پڑھ کر دم کریں اور پانی بھی استعمال کریں۔

اللہ کی رحمت

خواب: میں جب گھر سے باہر جاتا ہوں تو بارش ہوجاتی ہے اور جب گھر میں آتا ہوں تو بارش بند ہوجاتی ہے پورا خواب اس بارش پر ہی مشتمل تھا۔ **(جلال' کراچی)**

تعبیر: خواب ماشاء اللہ بہت مبارک ہے آپ پر اللہ کی خاص رحمت نازل ہوگی' آپ اللہ رب العزت کا خوب شکر ادا کریں اور نیک اعمال کی طرف بھرپور توجہ دیں۔

آیت الکرسی دم کریں

خواب: میں چند دنوں سے عجیب طرح کے خواب دیکھ رہا ہوں کبھی میرے جسم پر کوئی کپڑے نہیں ہوتے یا ایک دم غائب ہوجاتے ہیں کبھی کاغذ' کبھی پتوں سے' کبھی بیٹھ کر' کبھی کپڑے سے اپنا ستر چھپاتا ہوں کبھی خواب دیکھتا ہوں کہ نہایت چمکدار کپڑے پہنے ہیں' کبھی ان پر داغ محسوس ہوتا ہے تو کہتا ہوں کہ بھائی نے کپڑے پہنے تھے اور ان چمکدار سفید ملبوسات کو میں دیکھ کر بہت خوش ہوجاتا ہوں' کبھی دیکھتا ہوں کہ اجابت کیلئے جاتا ہوں تو پیشاب کے چھینٹوں سے بچنے کی بہت کوشش کرتا ہوں کبھی دوران اجابت کھڑا ہوا ہوں' کبھی بیٹھا ہوں لیکن پھر بھی چند قطرے میرے اوپر گر جاتے ہیں۔ **(شیخ آصف' ٹنڈو آدم)**

تعبیر: خواب اچھا نہیں ہے۔ آپ جادو کی لپیٹ میں ہیں۔ آپ فوراً گوشت کا صدقہ کریں اور ہر نماز کے بعد گیارہ بار آیت الکرسی پڑھ کر دم کریں اور پانی بھی استعمال کریں۔

خوشحالی نصیب ہوگی

خواب: دیکھتی ہوں کہ نیا مکان تیار ہورہا ہے اور میں اس کی چھت پر کھڑی ہوں اور مزدور سے کہہ رہی ہوں کہ چھت کی سیڑھیاں تھوڑی بنائی ہیں' سب سے نیچے والی دو سیڑھیاں تو بنائی نہیں۔ مزدور سیڑھیاں بنا دیتا ہے اور سب سیڑھیوں پر پلستر کردیتا ہے اور میں نیچے اتر کر سیڑھیوں کا جائزہ لیتی ہوں' اس کے بعد میں اٹیچی تیار کررہی ہوں جس میں میرے سیٹ ہیں' پھر میں کہتی ہوں کہ اگر شادی لیٹ ہوگی تو کیا ہے اب میں جاؤنگی۔

(آ۔خان۔کراچی)

تعبیر: خواب کے مطابق تو ایسی کوئی پریشانی کی بات نہیں ہے۔ دشمن ناکام ہوگا تو خیر وعافیت کے ساتھ آپ کو خوشحالی نصیب ہوگی خوب اللہ رب العزت کا شکرادا کریں۔

میں اپنے نام کیساتھ حاجی کیوں نہیں لکھتا؟

مرحوم کا قرآن مجید مجھے پڑھنے کیلئے دیا گیا میری حیرت کی انتہا نہ رہی جب قرآن مجید کے اوراق پر جگہ جگہ کچی پنسل سے مختلف تحریریں ملیں‘ کہیں لکھا تھا کہ ایسا نہیں ہوسکتا‘ کہیں لکھا تھا کہ یہ ناممکن ہے‘ کہیں اللہ پر اور کہیں اللہ کے نبیوں پر اعتراضات کے حاشیے تھے

خدا پر اعتراض

کافی سال پہلے کا واقعہ ہے میرے ایک ملنے والے انتقال کرگئے چونکہ گھر کافی فاصلہ پر تھا‘ فاتحہ خوانی کیلئے گیا اور مجبوراً رات وہاں بسر کی کیونکہ واپسی کیلئے کوئی سہولت دستیاب نہ تھی۔

رات کو مجھے اسی کمرے میں ٹھہرایا گیا جہاں مرحوم کے سونے کی جگہ تھی۔ بڑی کوشش کی مگر نیند نہ آئی تھی ہر آن بے چینی بڑھ رہی تھی۔ ایسا محسوس ہوتا تھا کہ تمام جسم میں ہلکا ہلکا کرنٹ لگا ہوا ہے یا چیونٹیاں مجھے کاٹ رہی ہیں۔ میں نے چارپائی چھوڑ کر فرش پر سونے کی کوشش کی مگر وہاں بھی یہی حالت تھی۔ پوری رات میں سو نہ سکا۔ صبح سویرے نماز فجر ادا کرنے کے بعد قرآن مجید کی تلاوت اسی کمرے میں کرنے لگا۔ مرحوم کا قرآن مجید مجھے پڑھنے کیلئے دیا گیا میری حیرت کی انتہا نہ رہی جب قرآن مجید کے اوراق پر جگہ جگہ کچی پنسل سے مختلف تحریریں ملیں کہیں لکھا تھا کہ ایسا نہیں ہوسکتا۔ کہیں لکھا تھا کہ یہ ناممکن ہے‘ کہیں اللہ پر اور کہیں اللہ کے نبیوں پر اعتراضات کے حاشیے تھے۔ فوراً میرے ذہن یہ بات سمجھ آگئی کہ رات بھر کیوں بے چینی رہی اور میں سو نہیں سکا۔ یقیناً جہاں اللہ کی قدرت کاملہ پر اعتراضات کیے جائیں اللہ سے سب کچھ ہونے کا یقین نہ ہو تو وہاں نحوست ڈیرے لگاتی ہے۔

میں اپنے نام کے ساتھ حاجی کیوں نہیں لکھتا؟؟

15 اکتوبر 2010ء کی بات ہے کہ محترم حکیم صاحب جھنگ صدر میں میرے مہمان تھے۔ جاتے وقت انہوں نے مجھ سے دریافت کیا کہ تم نے حج بیت اللہ شریف کا فریضہ ادا کیا ہوا ہے یا نہیں۔ میں نے عرض کی کہ 1983ء میں حج بیت اللہ ادا کیا تھا۔ فرمانے لگے تم اپنے نام کے ساتھ حاجی کیوں نہیں لکھتے میں نے مختصراً واقعہ سنایا کہ:۔

1990ء میں بندہ نے پنجاب ٹیکسٹ بک بورڈ لاہور کی کتب لکھنے کیلئے ایڈیشنل ڈی پی آئی ایلیمنٹری پنجاب لاہور کے دفتر میں انٹرویو دیا۔ یہ درخواستیں سی آر۔ ڈی سی (کریکولم ریسرچ اینڈ ڈویلپمنٹ سنٹر لاہور) نے طلب کی تھیں۔ وہاں انٹرویو ٹیم میں پاکستانی ماہرین تعلیم کے علاوہ ایک نمائندہ ورلڈ بینک جو کہ انگریز تھا پر مشتمل تھی۔ میں نے اپنے نام کے ساتھ حاجی لکھا ہوا تھا۔ جب مجھے بلایا گیا تو سوال و جواب کا سلسلہ شروع ہوگیا۔ ورلڈ بینک کے نمائندے نے بندہ سے سوال کیا کہ تم نے اپنے نام کے ساتھ حاجی کیوں لکھا ہوا ہے۔ میں نے جواباً عرض کی کہ بندہ نے حج بیت اللہ ادا کیا تھا اور اسی نسبت سے اپنے نام کے ساتھ حاجی لکھتا ہوں انگریز نے فوراً کہا کہ تمہارے اسلام میں دکھاوا ممنوع ہے اور تم اپنی عبادت کو بطور دکھاوا کیوں پیش کررہے ہو۔

میں نے انہیں ادب سے جواب دیا کہ آپ درست فرماتے ہیں اسلام میں دکھاوے کی عبادت شرک خفی ہے۔ میں اپنی غلطی نہ صرف تسلیم کرتا ہوں بلکہ وعدہ کرتا ہوں کہ آئندہ پوری زندگی میں اپنے نام کے ساتھ حاجی نہیں لکھوں گا۔ انگریز (چیئرمین کمیٹی) بہت خوش ہوا اور اس نے مزید کوئی سوال پوچھے بغیر مجھے ممبر میٹریل ڈویلپمنٹ کمیٹی M.D.T کے طور پر سلیکٹ کرلیا۔ واضح رہے کہ انٹرویو ٹیم کے دس بارہ ممبران میں صرف میں اور وہ انگریز ڈاڑھی والے تھے۔ یہ سنت ہم دونوں میں مشترک تھی۔

ایسا بھی ممکن ہے!!

میں گورنمنٹ مسلم انٹر کالج فیصل آباد میں بطور لیکچرار اسلامیات کام کررہا تھا۔ شادی کے بعد دو بچیاں ہوئیں مگر یکے بعد دیگرے انتقال کرگئیں۔ لوگوں نے اسے ”اٹھرا“ کا مرض بتلایا جس کیلئے کافی علاج معالجہ کرایا۔

ایک دن ایک کالج سے واپس گھر آرہا تھا۔ جھنگ صدر میں ایوب چوک پر اتر کر پیدل شہر کی طرف آرہا تھا مجھے کسی ناواقف نے پیچھے سے آواز دی کہ حاجی صاحب ٹھہرو۔ میں نے مڑ کر دیکھا ایک بابا جس کے گلے میں منکے تھے‘ سفید ڈاڑھی تھی اور تقریباً 60-65 سال کا لگتا تھا‘ میرے پیچھے آرہا ہے‘ میں پروا کیے بغیر چلتا رہا کہ یہ کوئی پیشہ ور بھکاری ہے۔ اس نے دوبارہ آواز دی‘ میں رک گیا۔ اس نے کہا کہ حاجی صاحب! میں بھوکا ہوں‘ روٹی کھلائیں‘ میں نے اسے ٹالنے کی نیت سے کہا کہ تم یہاں سے 16 میل دور حویلی لال میں میرے ساتھ میرے گھر آؤ تمہیں روٹی کھلاؤں گا۔ اس نے کہا کہ ابھی روٹی کھلائیں میں اس سے بچنے کیلئے ساتھ ہی جی ٹی ایس کے اڈا کی مسجد میں نماز عصر ادا کرنے لگ گیا۔ جب نماز پڑھ کر نکلا تو وہی بابا میرے انتظار میں باہر بیٹھا تھا۔ اب اس نے روٹی کی طلب نہیں کی بلکہ مجھے نیچے بیٹھنے کو کہا۔ اس نے دو پڑیاں دوائی کی نکالیں اور کہنے لگا یہ دوائی اپنی بیگم کو کھلا دینا‘ انشاءاللہ معاملہ ٹھیک ہوجائے گا۔ میں اسے ایک فضول دوائی سمجھ کر اس بزرگ سے جان چھڑانا چاہتا تھا۔ اس نے تھوڑی سی دوائی اپنے منہ میں ڈالی اور کہا کہ تمہارا شک دور کروں یہ کوئی زہر نہیں ہے۔ تمہاری بیوی میری بیٹی ہے۔ اس کو یہ دونوں پڑیاں ایک ایک دن کے وقفے سے کھانے کے گھنٹہ بعد پانی سے دے دینا۔ پھر خود ہی کہنے لگا کہ دیکھو تمہاری بس آرہی ہے اس پر سوار ہوجاؤ۔ پھر میں بس میں سوار ہورہا تھا تو کہنے لگا کہ میرا نام اللہ دتہ ہے۔ اگر کبھی ملنا ہو تو ریلوے سٹیشن جھنگ صدر کے اردگرد تلاش کرنا۔

میں نے بے یقینی کے ساتھ دوائی اپنی بیوی کو استعمال کرائی۔ اللہ کے فضل و کرم سے سارا معاملہ درست ہوگیا۔ اللہ تعالیٰ نے صحت مند بچے عطا کیے۔ اب میں اللہ دتہ کو بہت ڈھونڈتا ہوں مگر وہ مجھے کہیں نہیں ملتا۔ اللہ تعالیٰ ہی بہتر جانتا ہے کہ وہ کون تھا۔ کہاں سے آیا تھا؟ میرے بارے اسے کس نے بتایا تھا؟ جب اللہ کسی کی مشکل حل کرتا ہے تو دیر نہیں لگاتا۔

ایک کڑوا گھونٹ

حضرت ڈاکٹر عبدالحئی عارفی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ نگاہ کا غلط استعمال باطن کیلئے سم قاتل ہے اگر باطن کی اصلاح منظور ہے تو سب سے پہلے اس نگاہ کی حفاظت کرنا ہوگی یہ کام بڑا مشکل نظر آتا ہے ڈھونڈنے سے بھی آنکھوں کو پناہ نہیں ملتی۔ ہر طرف بے پردگی‘ بے حجابی‘ عریانی‘ فحاشی کا بازار گرم ہے ایسے میں اپنی نگاہوں کو بچانا مشکل نظر آتا ہے لیکن اگر ایمان کی حلاوت حاصل کرنا منظور ہے اور اللہ جل شانہٗ کے ساتھ تعلق اور محبت منظور ہے اور اپنے باطن کی صفائی‘ تزکیہ اور طہارت منظور ہے تو پھر یہ کڑوا گھونٹ پیے بغیر بات آگے نہیں بڑھ سکتی۔ لیکن یہ کڑوا گھونٹ ایسا ہے کہ شروع میں تو یہ بہت کڑوا ہوتا ہے مگر جب اس کی عادت ڈال لی جائے تو پھر یہ گھونٹ ایسا میٹھا ہوجاتا ہے کہ پھر اس کے بغیر چین نہیں آتا۔ **(ارشادات اکابر)**

(مرسلہ قاری محمد مظہر حسین منڈی جہانیاں)

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

ناریل کے لڈو

میرے پاس تین چار خط آئے ہیں جن میں ناریل کے لڈو بنانے کی ترکیب پوچھی گئی ہے۔ لڈوؤں کے اجزائے ترکیبی درج ذیل ہیں۔ ناریل ایک پاؤ‘ چھوٹی الائچی دو عدد‘ چینی ایک پاؤ‘ گھی دو چمچے‘ بالائی والا دودھ چوتھائی کپ۔ گھی گرم کر لیجئے۔ الائچی کے دانے ڈالئے۔ آنچ بالکل ہلکی کر دیجئے۔ اب اس میں ناریل ڈالئے اور ہلکی آنچ پر بھونئے‘ سرخ نہ ہونے پائے۔ نیچے اتار کر چینی ڈالئے۔ چمچ چلا کر دوبارہ آگ پر رکھئے۔ پھر دودھ یا بالائی ملایئے اور اتار کر ٹھنڈا ہونے پر لڈو بنایئے یا جما کر برفی کی طرح ٹکڑے کاٹیے۔ آمیزہ سخت ہو جائے تو گرم دودھ کا چھینٹا دے کر لڈو بنایئے۔ ایک پلیٹ میں تھوڑا سا ناریل علیحدہ رکھئے۔ لڈو بنا کر ناریل کا برادہ لگا کر رکھتے جائیں۔ چینی آپ کم بھی ڈال سکتے ہیں۔ خشک دودھ کا ڈبہ ہو تو دودھ کی بجائے تھوڑا سا ملا دیجئے۔ یہ لڈو آپ نہار منہ چت لیٹ کر کھایئے۔ آدھ گھنٹہ بعد ناشتہ کیجئے۔

پانچ سال کی عمر میں نکاح

میری عمر 21 سال ہے۔ وٹہ سٹہ رواج کے تحت میرا نکاح پانچ سال کی عمر میں ایک ایسے لڑکے سے ہوا جو نشہ کرتا‘ جوا کھیلتا ہے اور بے کار ہے۔ میں ایم اے کی طالبہ ہوں اور وہ کورا ان پڑھ۔ میرے باپ نے دوسری شادی کر لی ہے اور وہ اپنے بیوی بچوں میں مگن ہے۔ ماں حالات کی چکی میں پس کر اب خاموش ہوگئی ہے۔ کیا اس معاملے میں کوئی وکیل میری مدد کر سکتا ہے؟ میں اس لڑکے کے ساتھ رہنا نہیں چاہتی۔ باپ اور سوتیلی ماں میری رخصتی پر بضد ہیں جبکہ میں مرنا پسند کروں گی اس کے ساتھ نہیں رہوں گی۔ **(ایک مظلوم لڑکی۔ ا۔ص)**

مشورہ: آپ سب سے پہلے اپنی تعلیم مکمل کریں۔ ہمارے ہاں دیہات میں عموماً وٹہ سٹہ کی شادی یا زمین کے تنازع پر دشمنوں کے ہاں بھی لڑکی کا رشتہ کرنا جائز سمجھا جاتا ہے۔ آپ کے ساتھ بھی یہی کچھ ہوا ہے۔ آپ خوش قسمت ہیں کہ تعلیم مکمل کر رہی ہیں۔ ساری باتوں کو فی الحال اپنے ذہن سے نکال دیجئے اور پڑھائی پر پوری توجہ دیجئے۔ ایم اے کر لیں گی تو آپ کو خود اپنے آپ پر مکمل اعتماد ہو جائے گا پھر آپ جو چاہیں گی وہ ہو جائیگا۔ والدہ کا کوئی قصور نہیں جب گھر کا وارث ہی ان کو نہیں پوچھتا اور آنا جانا نہیں تو وہ بے چاری کیا کر سکتی ہیں؟ طلاق لینے کا حق آپ کو حاصل ہے لیکن یہ حق آپ تعلیم مکمل کر کے استعمال کیجئے۔

کیلوں سے نجات

میرا رنگ گندمی ہے میں نے بہت ساری کریمیں استعمال کیں۔ کریم سے تو چہرے پر بال نکل آئے ہیں۔ ایک اور مشہور کریم استعمال کی اس سے میرے چہرے پر کیل نکل آئے ہیں۔ میں سخت پریشان ہوں آپ مجھے بتایئے کہ اب میں کونسی کریم اور کونسا صابن استعمال کروں جس سے چہرے کے کیل ختم ہو جائیں؟ **(درشہوار)**

مشورہ: درشہوار! دو تین لڑکیوں کے اور بھی خط آئے ہیں جنہوں نے کیلوں کے متعلق پوچھا ہے۔ بچیاں جب جوان ہوتی ہیں تو چہرے پر کیل نکلنے لگتے ہیں۔ ہماری جلد کے نیچے لاتعداد چربیلے غدود ہوتے ہیں جن میں سے ایک قسم کا تیل نکلتا رہتا ہے جب ان میں ذرا سی بھی چھوت لگتی ہے تو کیل نمایاں ہو جاتے ہیں۔

آپ چاکلیٹ بھی کھاتی ہیں‘ چاکلیٹ اور میٹھی چیزیں بالکل نہ کھایئے۔ دیسی گندم کا آٹا بغیر چھنا استعمال کریں چینی سے بنی چیزیں کھانی چھوڑ دیجئے۔ فائدہ یہ ہوگا کہ آپ کی جلد میں سے تیل کی نکاسی کم ہو جائیگی اور کیل بہت کم دکھائی دیں گے۔ تیسری اہم بات یہ کہ روزانہ کم از کم آٹھ دس گلاس پانی پینا شروع کر دیں۔

علاوہ ازیں جو بچیاں نماز کی پابندی کرتی ہیں تو پانچوں وقت وضو کرتی ہیں۔ وضو کی برکت سے ان کے چہرے پر دانے بہت کم نکلتے ہیں۔

ایک گھریلو ٹوٹکہ یہ ہے کہ تازہ پودینہ مع ڈنڈیوں کے پیس کر اس کا رس نکالیے۔ بیسن سے منہ دھو کر خشک کر کے رات کو پودینہ کا رس اچھی طرح کیلوں پر لگایئے اور صبح دھو لیجئے۔ کیل پھنسیاں اور جلد کی سوزش دور کرنے کیلئے پودینہ بہت اچھی دوا ہے۔

رات کو چنے کی دال بھگو کر رکھ دیجئے۔ صبح پیس کر اس میں تھوڑا سا دہی ملا کر چہرے پر ماسک لگایئے اور بیس منٹ بعد دھو لیجئے۔ چند روز میں آپ کا چہرہ صاف ہو جائیگا۔ جن بچیوں کے چہرے پر کیل مہاسے نکلتے ہوں انہیں چاہیے کہ وہ بیسن سے منہ دھویا کریں اور صابن لگانا بند کریں۔ آپ نے صابن کے بارے میں پوچھا کہ کونسا استعمال کروں؟ تو منہ دھونے کیلئے سب سے بہتر بیسن ہے۔

بہو کی بے وقت موت

میری بہو ابھی 22 سال کی بھی نہیں تھی‘ اس کے چھوٹے چھوٹے دو بچے ہیں تین سال کی بیٹی اور ڈیڑھ سال کا بیٹا۔ اچھی بھلی رات کو بچوں کے ساتھ سوئی اور صبح اسے اٹھنا نصیب نہیں ہوا۔ ڈاکٹر نے کہا اسے برین ہیمرج ہوا ہے۔ میں اس سے اپنی سگی بیٹی سے بھی زیادہ پیار کرتی تھی مجھے اس کا اتنا رنج ہے کہ میں رو رو کر بیمار ہوگئی ہوں۔ بچے بھی میرے پاس ہیں۔ ہر وقت بہو یاد آتی ہے بچے روتے ہیں تو میں بھی رو پڑتی ہوں۔ مجھے مشورہ دیجئے کہ کیا کروں؟ اس کے غم کو کیسے بھلاؤں؟ **(بیگم رضا احمد)**

مشورہ: یہ ایک ساس کا خط ہے جو اپنی بہو کیلئے ہر وقت روتی رہتی ہے۔ ساس اور بہو کا یہ انوکھا پیار ایک بہت اچھی مثال ہے۔ اللہ تعالیٰ انہیں صبر عطا فرمائے۔ مجھے ان سے صرف اتنا کہنا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے دو چھوٹے بچوں کی ذمہ داری آپ کے سپرد کی ہے۔ آپ بیمار ہو جائیں گی تو بچوں کو اور گھر کو سنبھالنے والا اور کوئی نہیں‘ اس لیے اپنا خیال رکھئے۔ بیٹے کی دوبارہ شادی کریں تو آپ خوبصورتی کو مدنظر نہ رکھیں بلکہ کوئی نیک سیرت لڑکی بیاہ کر لائیں تاکہ وہ بچے سنبھال سکے۔ انسان کی سیرت ہی سب کچھ ہوتی ہے۔ نیک لڑکی آپ کو تلاش کرنے سے مل جائیگی۔

بچے بہت معصوم ہیں ان کو آپ بھرپور پیار دے سکتی ہیں۔ بیٹے سے کہیے کہ آپ کیلئے کوئی ملازمہ رکھ دے تاکہ وہ گھر کے کاموں میں آپ کی مدد کر سکے۔ جوانی میں بچے پالنا مشکل نہیں بڑھاپے میں رات کو بار بار اٹھنا اور بچوں کو سنبھالنا مشکل لگتا ہے۔ آپ اپنے ڈاکٹر سے مل کر اپنے لیے طاقت کی دوائیاں تجویز کروائیں۔ اس طرح آپ کی صحت اچھی رہے گی اور آپ بچوں کو سنبھال سکیں گے۔ رونے دھونے سے آپ کی صحت خراب ہو جائیگی۔ بس آپ اب صبر کریں اور مرحومہ کیلئے زیادہ سے زیادہ ایصال ثواب کریں۔ انشاء اللہ اس طرح آپ کے دل کو بھی سکون ملے گا اور ان کی روح کو بھی۔

ٹماٹر سستی سبزی' انمول فوائد

محمد آصف

ان ماؤں کیلئے ٹماٹر کھانا بے حد نفع بخش ہوتا ہے جن کے بچے شیر خوار ہوتے ہیں۔اس سے ماں کا خون صاف ہو جاتا ہے اور نتیجتاً اس کا اچھا اثر بچے کی صحت پر پڑتا ہے۔لہٰذا انہیں ہر صبح ٹماٹر ضرور کھانا چاہیے☆ حاملہ خواتین کیلئے صبح صبح ایک ٹماٹر کا جوس بہت مفید ہے۔

یہ ایک مشہور سبزی ہے جو دنیا کے ہر ملک میں پائی جاتی ہے۔ ٹماٹر کی دو قسمیں ہوتی ہیں' میدانی اور پہاڑی۔میدانی علاقوں کا ٹماٹر گول اور پہاڑی علاقوں کا ٹماٹر لمبوترا ہوتا ہے۔ٹماٹر کو کھٹے بینگن بھی کہا جاتا ہے۔اس کو پکا کر اور بغیر پکائے بکثرت کھایا جاتا ہے۔یہ جتنا سرخ زیادہ ہوگا اتنا ہی پختہ ہوگا اور جس قدر کم ہوگا اس قدر پختگی بھی کم ہوگی۔اسے دنیا بھر میں کچے سلاد کے طور پر کھایا جاتا ہے۔ اس کے اجزاء میں وٹامن اے سی' ایچ' فولاد اور نمکیات کافی مقدار میں شامل ہے۔اس کا مزاج سرد تر ہے۔ یہ وہ سبزی ہے جسے عام طور پر تنہا پکا کر نہیں کھایا جاتا۔ اس کی میٹھی چٹنی بھی تیار کی جاتی ہے جسے ٹماٹو سوس کہتے ہیں جو گھر میں کھانے کے علاوہ ہوٹلوں اور ضیافتوں میں استعمال ہوتی ہے۔

ٹماٹر کے فوائد

ٹماٹر کے حسب ذیل فوائد ہیں:

☆ یہ بھوک لگاتا ہے اور کھانے کو ہضم کرتا ہے۔

☆ قبض کشا ہے۔

☆ اگر بچوں کے ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہو جائیں تو ٹماٹر کا رس متواتر پلاتے رہنے سے جلد آرام آجاتا ہے۔

☆ خون کی کمی' یرقان' ورم گردہ' ذیابیطس اور موٹاپے میں صبح نہار منہ ایک بڑا سرخ ٹماٹر استعمال کرنے سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔یعنی ٹماٹر پھل کی شکل میں استعمال کیا جائے۔

☆ ٹماٹر خون کو صاف کرتا ہے۔جسم کی خشکی کو دور کرتا ہے۔

☆ وہم اور وحشت کو ختم کرتا ہے۔

☆ قوت باہ کو بڑھاتا ہے۔

☆ طبیعت کو فرحت دیتا ہے۔

☆ گرمیوں میں اس کا استعمال گرمی اور حرارت کو ختم کر دیتا ہے اس لیے اس کا گرمیوں میں زیادہ استعمال ہوتا ہے۔

☆ گرم سبزیوں کی تاثیر بدلنے کیلئے اس میں ٹماٹر کا اضافہ کیا جاتا ہے جس سے ان کی گرمی زائل ہو جاتی ہے۔

☆ مریض اور کمزور افراد کو ٹماٹر کا استعمال بے حد مفید ہے۔

☆ دانتوں کو مضبوط بنانے اور بیماریوں سے محفوظ رکھنے کیلئے ٹماٹر کا استعمال بہت ضروری ہے۔

☆ ٹماٹر کے جوس میں وہ تمام اجزاء پائے جاتے ہیں جو بچوں کی پرورش کے لیے ضروری ہوتے ہیں۔اس لیے بچوں کو روزانہ صبح ایک ٹماٹر دھو کر کھلانا بہت مفید ہوتا ہے۔ ٹماٹر کا رس بچوں کی پرورش اور دانتوں کی حفاظت کرتا ہے۔ ان ماؤں کیلئے ٹماٹر کھانا بے حد نفع بخش ہوتا ہے جن کے بچے شیر خوار ہوتے ہیں۔اس سے ماں کا خون صاف ہو جاتا ہے اور نتیجتاً اس کا اچھا اثر بچے کی صحت پر پڑتا ہے۔لہٰذا انہیں ہر صبح ٹماٹر ضرور کھانا چاہیے۔

☆ حاملہ خواتین کیلئے صبح صبح ایک ٹماٹر کا جوس بہت مفید ہے۔ اس سے ان کا معدہ درست کام کرتا رہتا ہے اور قے اور متلی وغیرہ کی شکایت بھی دور ہو جاتی ہے۔

☆ ہمیشہ صحت مند رہنے کیلئے ضروری ہے کہ دوپہر کے کھانے کے ساتھ مولی' چقندر' سلاد اور ٹماٹر کا استعمال ضرور کیا جائے۔

☆ کچا ٹماٹر کھانے کی صورت میں کچھ دیر پانی ہرگز نہیں پینا چاہیے تاکہ ٹماٹر میں موجود تیزابی مادے معدے میں بغیر پانی پیئے اپنا کام بخوبی سرانجام دے سکیں۔

مذکورہ بالا فوائد کے علاوہ ٹماٹر کے چند نقصانات بھی ہیں۔

☆ ٹماٹر بادی اور بلغم پیدا کرتا ہے۔

☆ تپ دق کے مریضوں کیلئے ٹماٹر مفید نہیں ہے۔

☆ سینے اور گلے کے امراض والے مریض کیلئے ٹماٹر فائدہ مند نہیں۔

☆ گردہ کی پتھری والے مریض بھی ٹماٹر استعمال نہ کریں۔ ٹماٹر زکام پیدا کرتا ہے۔

☆ پیٹ میں ٹماٹر سے نفخ پیدا ہوتی ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 13 فروری بروز اتوار کو ہوگا)

پیر علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ نے جو فرمایا ہے کہ لوگوں نے ریا کاری کا نام زہد اور فضول جھگڑوں کا مناظرہ رکھ لیا ہے اور اولیاء اللہ کے ملفوظات اور اسرار الٰہی کی مخفی باتوں کو اپنی دنیا کی کمائی کا ذریعہ بنالیا ہے اس کی وضاحت چند مثالوں سے کرتا ہوں۔

آدمی کی نفسانی خواہش جہاں سے پوری ہو وہ وہیں پھسل جاتا ہے۔شیخ علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ کے زمانے میں ہندوؤں کی اکثریت تھی اور مسلمان کم تھے۔ہندوؤں کے جوگی منتر کرنے والے اور جادو کرنے والے بہت تھے۔ جب شیخ علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ کے پاس دنیا کی غرض کیلئے اور اپنی نفسانی خواہش کی تکمیل کیلئے کوئی آتا تو پیر علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ فرماتے فلاں جگہ جوگی بیٹھا ہے وہ تیری خواہش پوری کردے گا تو دنیا کیلئے اس کے پاس جا۔میرا معرفت کا برتن ہے اگر اللہ چاہیے تو میرے پاس آ ورنہ میرے دل کے برتن میں منہ نہ مار۔ جا یہاں سے چلا جا۔

میرے پاس ایک صاحب آئے جن کا تعلق ایک بڑے محکمے سے ہے۔کہنے لگے میں فلاں بابا جی سے بیعت تھا۔ بہت پہنچے ہوئے بزرگ تھے۔ بیٹھے بیٹھے بے موسم کے پھل کھلا دیتے تھے۔ان کی وفات کے بعد مجھے ان جیسا کوئی نہیں ملا۔میں نے ان سے پوچھا کہ آپ کتنا عرصہ ان کے قرب میں رہے۔کہنے لگے تقریباً پندرہ سال۔ میں نے کہا یہ بتائیں کیا ان کی زندگی میں شریعت تھی اور حضور ﷺ کی زندگی کی جھلک تھی؟ اور ان کے قریب رہنے والوں میں یہ چیز پیدا ہو رہی تھی؟ (یاد رکھنا یہ اہل حق کی نشانی ہے کہ ان کے قریب رہنے والوں میں شریعت زندہ ہوتی چلی جاتی ہے اور وہ حضور ﷺ کی مبارک زندگی کو اپناتے چلے جاتے ہیں) آپ پندرہ سال ان کے پاس رہے کیا آپ کے اندر اللہ کی طرف رجوع پیدا ہوا؟ رشوت' جھوٹ سے نفرت پیدا ہوئی؟ وہ خاموش ہو گئے' میں نے عرض کیا سچ بتائیں۔ کہنے لگے نہیں۔بس لوگ آتے تھے اور فیض پا کر چلے جاتے تھے۔میں نے کہا یہی فیض تو ہندو جوگی بھی دے رہا کہ دنیا کے کام بن رہے۔یہ فیض نہیں گمراہی ہے۔

میں نے کہا یہی فیض تو جادو بھی اپنے جادو سے کروا رہا۔یہ کام تو سادھو جوگی بھی کر رہا۔سرور کونین ﷺ سے پہلے بھی یہی کام تو تھے کیا آپ اسے فیض کہہ رہے ہیں؟ کہنے لگے ہاں۔میں نے کہا یہ فیض نہیں ہے بلکہ نفسانی خواہش کی تکمیل ہے جو دل چاہے ویسا ہو جائے یہ تو نفس کا شوق ہے۔

پیر علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ کے پاس جب ایسا کوئی شخص آتا تھا تو فرماتے تھے تو کلاب الدنیا یعنی دنیا کا کتا ہے تو کسی دنیادار کے پاس ہی جا جو تجھے دنیا کی ہڈی ڈال دے۔

سینہ بسینہ آزمودہ

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

ایک آدمی کا عجیب قصہ

(ڈاکٹر خلیل احمد، دریا خان)

صحیحین کی حدیث میں آیا ہے کہ ایک شخص نے قصد کیا کہ آج رات میں صدقہ دوں گا، لے کر نکلا اور چپکے سے ایک عورت کو دے کر چلا آیا۔ صبح لوگوں میں یہ باتیں ہونے لگیں کہ آج رات کوئی شخص ایک بدکار عورت کو خیرات دے گیا، اس نے بھی سنا اور خدا تعالیٰ کا شکر ادا کیا۔ پھر اپنے جی میں کہا کہ آج رات پھر صدقہ کروں گا، لے کر چلا اور ایک شخص کی مٹھی میں رکھ کر چلا آیا۔ صبح سنتا ہے کہ لوگوں میں چرچا ہو رہا ہے کہ آج رات ایک مالدار کو کوئی صدقہ دے گیا، اس نے پھر خدا تعالیٰ کی حمد کی اور ارادہ کیا کہ آج رات کو تیسرا صدقہ دوں گا، دے آیا۔ دن کو معلوم ہوا کہ وہ چور تھا۔ تو کہنے لگا، خدایا! تیری تعریف ہے، زانیہ عورت کو دیئے جانے پر بھی، مالدار شخص کو دیئے جانے پر بھی اور چور کو دیئے جانے پر بھی خواب میں دیکھتا ہے کہ فرشتہ آیا اور کہہ رہا ہے کہ تیرے تینوں صدقے قبول ہو گئے۔ شاید بدکار عورت مال پا کر اپنی حرامکاری سے رک جائے اور شاید مالدار کو عبرت حاصل ہو اور وہ بھی صدقے کی عادت ڈال لے اور شاید چور مال پا کر چوری سے باز رہے۔ (تفسیر ابن کثیر، جلد ا صفحہ ۳۶۸)

غم و پریشانی اور قرض کی ادائیگی کیلئے نبوی نسخہ

اس دنیا میں شاید ہی کوئی خوش نصیب ہو گا جس کو مسائل کا سامنا نہیں اور اس کو وقفہ وقفہ سے مصائب و پریشانیوں اور آزمائشوں سے گزرنا نہیں پڑتا، یہ دوسری بات ہے کہ کون اللہ کا بندہ اس پر صبر کرتا ہے اور دوسروں کو محسوس نہیں ہونے دیتا، بعض احباب اس کا برملا اظہار کرتے ہوئے اپنی پریشانیوں میں مزید اضافہ کرتے ہیں، کسی کو قرض کی ادائیگی کی فکر تو کسی کو اپنے کاروبار میں نقصان کی شکایت ہے۔ کسی کو اپنے کسی قریبی عزیز کی ناگفتہ بیماری کا غم ہے تو کسی کو اپنے رشتہ داروں کی طرف سے اذیت رسانی اور تحاسد و تباغض کا شکوہ ہے۔ کسی کو اپنی اولاد کے نافرمان ہونے کا دکھ تو کسی کو بیوی کے بے وفا اور بدزبان ہونے یا بھائی بہنوں کی بدسلوکی کا رنج۔ ان سب پریشانیوں سے نجات کیلئے کوئی کسی عامل سے رجوع کرتا تو کوئی تعویذ گنڈے والے شخص سے۔ اگر پھر بھی کام نہ بنے تو نعوذ باللہ کوئی دوسرا غیر شرعی طریقہ اختیار کرتے ہوئے کسی غیر مسلم ماہر عملیات سے رجوع کرنے میں بھی ہچکچاہٹ محسوس نہیں کرتے، غرض یہ کہ ایک طرف اپنا وقت ضائع کرتے ہیں اور دولت بھی اور دوسری طرف اپنا ایمان بھی کمزور ہوتا ہے اور عقیدہ بھی لیکن افسوس کہ اس دوران ان کا اس سلسلے میں نبویؐ علاج کی طرف ذہن نہیں جاتا جس سے ایمان بھی باقی رہتا ہے اور کام بھی بنتے ہیں۔ عقیدہ بھی سلامت رہتا ہے اور غم بھی زائل ہوتے ہیں بشرطیکہ پختہ عزم اور مضبوط ارادہ سے اس پر عمل کیا جائے، صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین بھی ہماری طرح انسان تھے۔ ان کو بھی اسی طرح کے مسائل و مصائب کا سامنا رہتا تھا لیکن ان میں اور ہم میں فرق صرف یہ تھا کہ وہ ہر حال میں اس کا نبوی حل ہی تلاش کرتے تھے۔ چنانچہ ایک مرتبہ ایک برگزیدہ صحابی حضرت ابو امامہ رضی اللہ عنہ کو اللہ کے رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ایک دفعہ نماز کے بعد خلاف معمول مسجد میں مغموم حالت میں دیکھا تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان سے اس کی وجہ دریافت فرمائی۔ انہوں نے ادباً عرض کیا یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پریشانیاں لاحق ہیں اور قرضوں کا بوجھ ہے، جس میں گھلتا جا رہا ہوں آپ ﷺ نے یہ سن کر فرمایا اے ابو امامہ (رضی اللہ عنہ) کیا میں تمہیں ایسا نسخہ نہ بتاؤں اور ایسی دعا نہ سکھاؤں کہ اس کو پڑھنے سے غم بھی زائل ہو اور قرض بھی ادا ہو جائے۔ ابو امامہ رضی اللہ عنہ نے عرض کی ضرور یا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم آپ ﷺ نے فرمایا کہ تم صبح و شام یہ دعا پڑھا کرو۔

اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْھَمِّ وَ الْحُزْنِ وَ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْعَجْزِ وَ الْکَسَلِ وَ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْجُبْنِ وَ الْبُخْلِ وَ اَعُوْذُبِکَ غَلَبَۃِ الدَّیْنِ وَ قَھْرِ الرِّجَالِ

ترجمہ: اے اللہ میں آپ سے پناہ مانگتا ہوں، فکر و غم سے، عاجزی و سستی سے، بزدلی و بخل سے، قرضوں کی کثرت سے اور لوگوں کے ظلم سے۔

کلونجی کا سلاد

(حکیم ریاض حسین کھڑوال، میانوالی)

اجزاء: ایک عدد کھیرا، ایک پاؤ دہی، آدھا چمچ پسی ہوئی کلونجی، ایک چمچ تازہ پودینہ، نمک حسب ذائقہ، لہسن کی چھیلی اور باریک کٹی ہوئی ایک پھلی، کالی مرچ حسب ضرورت۔

بنانے کا طریقہ: کھیرے کے باریک ٹکڑے کاٹ کر دہی میں ملائیں پودینہ کوٹ کر باقی تمام اشیاء کو دہی میں ملائیں سلاد تیار ہے۔

فوائد: یہ سلاد ہاضمہ کو تیز کرتا ہے اور بھوک کو بڑھاتا ہے۔ یہ معدہ کے السر کیلئے مفید ہے۔ متلی کو دور کرتا اور قے کو روکتا ہے۔ یہ سلاد سوزاک کے مریضوں کیلئے مفید ہے۔ یہ خون کے دباؤ کو کم کرتا ہے۔

رزق میں کشادگی اور کاروبار کی ترقی کیلئے مجرب عمل

لِلّٰہِ مَافِی السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ اِنَّ اللّٰہَ ھُوَالْغَنِیُّ الْحَمِیْدُ (سورہ لقمان آیت ۲۶)

رزق میں کشادگی کیلئے کاروبار کی ترقی کیلئے یا نیا کاروبار شروع کرنے سے پہلے آیت کو روزانہ 141 دفعہ پڑھیں۔

ایک اہم نصیحت

ادب سے علم سمجھ میں آتا ہے۔ علم سے عمل صحیح ہوتا ہے۔ عمل سے حکمت ملتی ہے۔ حکمت سے زہد قائم ہوتا ہے۔ زہد سے دنیا متروک ہوتی ہے۔ دنیا کے ترک سے آخرت کی رغبت حاصل ہوتی ہے۔ آخرت کی رغبت حاصل ہونے سے اللہ کے نزدیک رتبہ حاصل ہوتا ہے۔

شیطان کا پیشاب انسان کے کان میں

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ جناب نبی کریم ﷺ کے سامنے ایک آدمی کا ذکر کیا گیا کہ وہ صبح تک سوتا ہی رہتا ہے۔ نماز کیلئے بھی نہیں اٹھتا تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''یہ ایسا آدمی ہے جس کے کانوں میں شیطان پیشاب کر جاتا ہے۔ (بخاری و مسلم)

اعمال استخارہ اور میرا پانچ سالہ تجربہ

(ش۔ل۔صافی)

کسی کام کو کرنے سے قبل استخارہ کرلینا بہتر ہے۔حضور نبی کریم ﷺ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کو استخارہ کی تعلیم فرماتے۔جس طرح آیات قرآنی کی تعلیم فرماتے۔ دوسری روایت میں ہے کہ ہرگز نقصان نہ اٹھائے گا وہ شخص جس نے استخارہ کیا اور حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ فرمایا اے انسؓ جس کام کا بھی قصد کرو تو استخارہ کرو۔پھر جو کچھ تیرے دل پر القا ہو اس پر عمل کرو ہی بہتر ہے۔ظفر جلیل شرح حصن حصین میں لکھتے ہیں جب کسی کام کا ارادہ کرے مثلاً سفر' تعمیر عمارت' نکاح اور مانند اس کے جیسے تجارت' کسی کی شرکت' سوار اور سواری کا جانور' مال تجارت ملازمت وغیرہ کاموں میں استخارہ کرنا بہتر ہے۔ مجھے تقریباً پانچ سال ہوگئے میں اس عمل کو آزما رہا ہوں۔ جس کام میں میں نے استخارہ کیا اس میں سوفیصد کامیابی حاصل ہوئی۔میں نے پہلی بار استخارہ منگنی کیلئے کیا جس کے ساتھ میں منگنی کرنا چاہتا تھا وہ میری خالہ کی بیٹی تھی جب میں نے منگنی کا پیغام بھیجا تو خالہ نے انکار کردیا۔بار بار پیغام بھیجتا رہا وہ انکار کرتی رہی۔میں نے سوچا کیا وجہ ہے۔میں نے اس کام کیلئے استخارہ کیا اور کامیاب نہ ہوا۔پھر میں نے دوسری لڑکی کیلئے استخارہ کیا۔اس میں کامیاب ہوگیا اور اس دفعہ جس کے ساتھ میری منگنی ہوئی ہے وہ پڑھی لکھی ہے۔ خاندان بھی اچھا ہے۔

پہلے والا استخارہ میں حکمت یہ تھی کہ وہ لڑکی بیمار تھی اس کے گردے خراب تھے اور اس کا علاج ہمارے لیے مصیبت تھا کیونکہ ہم غریب لوگ ہیں۔

دوسری مرتبہ میرا ایک دکان کا ارادہ تھا۔میں نے اس کے لیے استخارہ کیا اور دکان کھولی۔اس وقت میرے پاس تقریباً 14 ہزار روپے تھے۔دکان کا کرایہ تین ہزار تھا۔کام اس میں اتنا اچھا چلا کہ اللہ بہتر جانتا ہے۔بہت کاموں میں میں نے آزمایا اور کامیابی حاصل کی۔اس عمل میں یہ برکت ہے جس کام میں کامیابی ہو وہ ہوگا۔جس کام میں ناکامی ہو وہ نہیں ہوگا۔طریقہ استخارہ دو رکعت نفل صلوٰۃ حاجت پڑھ کر اس کے بعد دعا استخارہ پڑھے۔

دعا استخارہ

دعا استخارہ نماز کی کتاب میں مل جاتی ہے۔استخارہ عشاء کی نماز کے بعد کریں اور سنت طریقے سے سوجائیں۔

جلنے کے نشان نہ رہے

(انسپکٹر مطلوب احمد باجوہ)

ایک بزرگ جن کی عمر 86 سال ہے انہوں نے بیان کیا کہ عرصہ دراز کی بات ہے۔دیہات میں بیلنا کے قریب کماد سے تازہ گڑ تیار کرتے ہوئے نہایت گرم گڑ میرے اپنے پاؤں پر پڑگیا۔میں نے جلدی سے بھاگتے ہوئے قریب سے آک کا پودا توڑا۔اسے آگ میں تھوڑا سا جھلنے کیلئے ڈالا۔آک کے گرم گرم پتے کچھ نرم بھی ہوگئے جنہیں مسل کر پانی نچوڑا اور اپنے پاؤں پر ڈال دیا۔پاؤں پر نہ کوئی زخم بنا اور نہ چھالا بنا اور نہ ہی کوئی نشان جلن باقی رہا۔

9/10 سال قبل میری بہو کچن میں مصروف کار تھی گیس سلنڈر پہلے سے لیک کر رہا تھا اور کچن گیس سے بھرا ہوا تھا جب بہو نے چولہا جلانے کیلئے ماچس جلائی تو سارے کچن میں آگ پھیل گئی اور میری بہو سر سے لیکر پاؤں تک جھلس گئی۔مجھے پتہ چلا تو فوراً آک کے پودے اکٹھے کرکے سابقہ طریقہ کے مطابق پانی نکال کر بہو کے جسم پر ڈالا گیا۔بعدازاں مزید پانی نکال کر لگانے کیلئے دیا گیا۔2/3 دن بعد اطلاع ملنے پر بہو کے میکے والے آئے اور بہو کو بالکل ٹھیک دیکھا۔نہ جسم پر جلن کا نشان' نہ زخم نہ چھالا۔حیرت سے کہنے لگے خواہ مخواہ شور مچا کر ہمیں ڈرایا اور پریشان کیا ہے۔تب انہیں بتایا گیا آک کے پانی کی وجہ سے آپ کو کوئی نشان نظر نہیں آرہا ہے ورنہ سر کے بالوں سے اور کپڑوں سے اندازہ کیا جاسکتا ہے کہ آتشزدگی کا کیا عالم تھا۔ یہ آک کا پانی میں نے کئی لوگوں کو نکال کر بوتل میں ڈال کر دیا ہے جو کافی عرصہ تک رکھا جاسکتا ہے۔

موجودہ دور اور بیماریاں

(نصیر احمد' ایبٹ آباد)

سرکاری ہسپتال ہوں یا غیر سرکاری شام گئے تک ایسا محسوس ہوتا ہے کہ سارے ضلع کے لوگ بیمار ہیں اور اسی ہسپتال میں برائے علاج آئے ہیں۔تکلیف دہ امراض میں مبتلا مریضوں کی فریادیں دور دور تک سنائی دینے لگتی ہیں۔نیم حکیموں' فٹ پاتھ پر بیٹھنے والے فراڈیوں کے پاس بھی کافی رش ہوتا ہے۔اکثر پڑھے لکھے حضرات بھی ان کی چکنی چپڑی باتوں میں آجاتے ہیں اور ان کا شکار بن جاتے ہیں۔ لیکن ہم نے کبھی اسلامی اصولوں کا طریقہ اپنے گھروں میں رائج کرنے کا نہیں سوچا۔ صحت کے جو اصول مقرر کیے گئے ہیں چاہے مغرب والوں نے کیے ہیں یا مشرق والوں نے تمام سنت کے مطابق ہیں۔غریب بیچارے کو نہ تو صاف پانی ملتا ہے نہ صاف ہوا اور نہ اچھی خوراک۔اس نے تو بیمار ہونا ہی ہے مگر امراء طبقہ بیماریوں میں زیادہ مبتلا نظر آتا ہے۔میرے خیال میں یہ سب بیماریاں صحت کے اصولوں / سنت کے طریقوں کے خلاف ہونے کی وجہ سے ہیں۔آداب طعام کا طریقہ جو حضور ﷺ نے چودہ سو سال پہلے بتایا تھا اگر آج اس پر عمل ہوجائے تو بیماریوں میں نوے فیصد کمی یکمشت آسکتی ہے۔آیئے ملاحظہ کریں کہ آداب طعام کیا ہیں؟ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ جنوں اور انسانوں کو عبادت کیلئے پیدا کیا ہے۔حضور ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ بے شک اللہ تعالیٰ پاک ہے اور پاک چیزوں کو پسند کرتا ہے۔عبادت میں پاکیزگی لازمی جزو ہے۔بدن کی پاکیزگی' نفس اور روح کی پاکیزگی ہوگی تو عبادت صحیح ہوگی۔عبادت اسی صورت میں احسن طریقہ سے کی جاسکتی ہے جب تندرستی ہو۔لاغر' ضعیف انسان تو کھانا کھانے میں بھی تکلیف محسوس کرتا ہے۔صحت اسی صورت میں ممکن ہے جب وہ حلال غذا کھائے۔جسم کی نشوونما اور ٹوٹ پھوٹ کا ازالہ خون سے ہوتا ہے۔خون غذا سے بنتا ہے۔حلال غذا کھانے سے جو خون بنے گا اور جس سے جسم کی نشوونما ہوگی اس میں اخلاقی معیار اور کردار افضل ترین ہوگا۔عبادت میں لذت اور لطف محسوس ہوگا۔ دوسری طرف حرام کھانے والے کو عبادت بوجھ لگتی ہے۔ایک مثال پیش خدمت ہے اللہ تعالیٰ نے سور کا گوشت کھانے سے منع فرمایا ہے حکمت یہ ہے جو ہر شخص بخوبی اندازہ لگا سکتا ہے کہ ایسے غذا کھانے والوں کے اندر شرم وحیاء نام کی کوئی چیز تک نہیں ہوتی۔اولاد بھی بے غیرت و بے حیاء ہوتی ہے۔درندوں اور پنجے سے شکار ہونے والے پرندوں کے گوشت کھانے سے بھی منع فرمایا ان غذاؤں کے کھانے والے کے اندر درندوں جیسی صفات پائی جاتی ہیں جیسے حجاج بن یوسف کے بارے میں یہ ہے کہ اس نے بھیڑیئے کا دودھ پیا تھا۔

☆ کھانا جب خوب بھوک لگے تو تب کھائیں۔حضور ﷺ نے کھانا آہستہ آہستہ اور چبا چبا کر کھانے کی نصیحت فرمائی ہے۔اگر آج صرف یہی ایک طریقہ اپنایا جائے تو نوے فیصد مریض بغیر کسی علاج کے صحت مند ہوسکتے ہیں۔☆ کھانے سے پہلے ہاتھ دھونا بہت ضروری ہے۔ہاتھ دھوکر کسی کپڑے یا تولیہ سے نہ خشک کریں۔☆ کھانا شروع کرتے وقت بسم اللہ ضرور پڑھیں جو بسم اللہ نہیں پڑھتے ان کے کھانے میں شیطان شریک ہوجاتا ہے۔☆ پانی کھانے سے قبل پی لینا چاہیے اگر معمولی درمیان میں پی لیا جائے تو زیادہ نقصان دہ نہیں ہے مگر آخر میں پانی پینا بہت ہی زیادہ نقصان دہ ہے۔☆ پیٹ بھر کر کبھی کھانا نہ کھائیں۔ کچھ بھوک باقی رکھیں۔ ☆ کھانے کے بعد کوئی میٹھی چیز کھائیں۔☆ کھانے کے فوراً بعد سونا نہیں چاہیے۔☆ دائیں ہاتھ سے کھانا کھائیں اس میں شفاء ہے۔

کھمبی بتائے فائدے ہی فائدے

محمد فاروق، سرگودھا

اسکے استعمال سے چہرے کے داغ دھبے ختم ہوجاتے ہیں۔اس سے جلدی امراض دور کرنے کا محلول (لوشن) تیار کیا جاتا ہے جو آنکھوں کے درد کا بھی مؤثر علاج ہے۔ کھمبی سڑے ہوئے بد بودار ناسور اور سر کے پھوڑے پھنسی وغیرہ کیلئے فائدہ مند ہے۔

کھمبی کی تاریخ اتنی ہی پرانی ہے جتنی بنی نوع انسان کی اپنی تاریخ یہی وجہ ہے کہ ہر تہذیب کی منفرد تحریروں میں کھمبی کا ذکر دوا اور غذا کے طور پر ضرور ملتا ہے۔ پانچویں صدی قبل مسیح کا یونانی حکیم بقراطؔ طب کا باپ مانا جاتا ہے۔ وہ کھمبی کو ہڈیوں اور پٹھوں کا درد رفع کرنے کیلئے استعمال کرواتا تھا۔طریقہ علاج یہ تھا کہ درد والی جگہ پر کھمبی کا سفوف رکھ کر داغ دیا جاتا تھا جس سے درد میں افاقہ ہوجاتا۔اس طرح یونانی ماہر طب ڈائیوسکارڈس نے 200ء میں اپنی کتاب میں کھمبی کے طبی اوصاف کا ذکر تفصیل سے کیا ہے وہ کہتے ہیں کہ گنگن نامی کھمبی میں خون کو منجمد کرنے کی خاصیت موجود ہے۔

اس کی تاثیر گرم ہوتی ہے اسی بنا پر یہ درد قولنج، مروڑ اور زخمی اور سوجے ہوئے اعضا کے علاج کیلئے بھی مفید ہے۔یہ ہڈی کی ٹوٹ پھوٹ کے علاوہ اس وقت بھی استعمال ہوتی ہے جب جسم چوٹ لگنے سے زخمی ہو، بخار کی حالت میں شہد ملا کر استعمال کرنے سے بخار اتر جاتا ہے۔اس طرح یہ جگر، دمہ، یرقان، اسہال، پیچش اور گردے کی تکلیف کیلئے بھی مفید ہے۔مورچھا روگ یا اختناق الرحم (ہسٹریا) اور مرگی میں اس کو شہد اور ادرک کے ساتھ ہم وزن ملا کر استعمال کرنے سے بھی افاقہ ہوتا ہے۔ اگر بیماری کے حملے سے پیشتر ہی اس کا استعمال کیا جائے تو یہ بدن کو سخت ہو کر اکڑ جانے سے بھی محفوظ رکھتی ہے۔شہد کے ساتھ اس کا استعمال قبض کشا ہے۔ سانپ کے کاٹے اور زخم پر لگانے سے تریاق کا کام دیتی ہے۔ آج بھی ناروے، سویڈن اور فن لینڈ کے لیپ باشندے کھمبی کو درد رفع کرنے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔چینی اور جاپانی طریقہ علاج جسے موکسا بھی کہتے ہیں اسی اصول کے پیش نظر وضع کیا گیا ہے۔

لوگ پٹھوں کے درد اور کھنچے ہوئے پٹھوں کیلئے اس مخصوص کھمبی کا سفوف استعمال کرتے ہیں جس کا بیج دان گیند نما ہوتا ہے۔ اسے پف بال کہتے ہیں۔ یہ کھمبی نشہ آور دوا کے طور پر خاص عرصے تک آپریشن میں استعمال ہوتی رہی ہے۔ اس کا سفوف اگر جلایا جائے تو اس کے بخارات کلوروفارم جیسے ہوتے ہیں۔

اس کے سفوف کا دھواں آج بھی شہد کی مکھیوں کو چھتے سے علیحدہ کر کے شہد نکالنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ سفوف دیہات میں آج بھی خون بند کرنے کی مجرب دوا خیال کیا جاتا ہے۔ کھمبی کی ایک قسم ہوگ مشروم انتڑیوں کی ریزش اور مقعد کے پھوڑے پھنسی کیلئے مفید ہے۔اس کے استعمال سے چہرے کے داغ دھبے ختم ہوجاتے ہیں۔ اس سے جلدی امراض دور کرنے کا محلول (لوشن) تیار کیا جاتا ہے جو آنکھوں کے درد کا بھی مؤثر علاج ہے۔ کھمبی سڑے ہوئے بد بودار ناسور اور سر کے پھوڑے پھنسی وغیرہ کیلئے فائدہ مند ہے۔باؤلے کتے کے کاٹے ہوئے زخم کو پانی میں بھگو کر اس کا مرہم استعمال کیا جاتا ہے۔

کھمبی پیلے یرقان اور شدید نزلہ زکام کا شرطیہ علاج ہے۔ یہ مرہم کسی زہریلے کیڑے کے کاٹے ہوئے پر لگانے اور کھمبی کو بطور غذا کھانے سے شفاء ہوتی ہے۔ یہ پیشاب آور بھی ہے۔ علاوہ ازیں عورتوں کی ماہواری کو باقاعدہ رکھتی ہے اور حسن کو نکھارتی ہے۔

کھمبی کی ایک قسم قے اور دست آور دوا ہے۔ گلے کی سوجن اور دیگر تکالیف میں دودھ میں ابال کر استعمال کی جاتی ہے۔ فومز نامی کھمبی ہمارے ہاں جنگلات میں درختوں پر بکثرت اگتی ہے۔ اسے قدیم حکماء جراح کی کھمبی کہتے ہیں۔ نوزائیدہ حالت میں اسے کاٹ کر کچھ عرصہ کیلئے رکھ دیا جاتا ہے پھر اس کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے موگری سے کوٹ کر سفوف بنا لیتے ہیں جسے خون بند کرنے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ کریمبال نامی کھمبی اینٹھن اور مروڑ رفع کرنے کیلئے استعمال کی جاتی ہے۔ دودھ والی کھمبی تاثیر میں پسینہ لانے والی اور پیشاب آور ہے اس کا استعمال پتھری کے مرض میں مفید ہے۔ یہ مسوں اور سخت دانوں کے علاج کیلئے استعمال ہوتی ہے۔ زہریلی کھمبی کی ایک قسم فلائی ایگرک مرگی اور دوسرے اعصابی امراض میں علاج کے طور پر استعمال کی جاتی ہے۔ اس کا مکسچر ہیضے یا پیشاب جس میں چربی آتی ہو اور باری کے بخار میں بھی استعمال ہوتا ہے۔

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 13

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ''اللہ تعالیٰ سے محبت کرو ان نعمتوں کی وجہ سے جو اس نے تمہیں عطا فرمائیں اور مجھ سے محبت کرو، اللہ کی محبت کے سبب اور میرے اہل بیت سے میری محبت کی خاطر محبت کرو۔'' **(امام ترمذی، حاکم)**

حضرت عباسؓ بیان فرماتے ہیں کہ ہم جب قریش کی جماعت سے ملتے اور وہ باہم گفتگو کر رہے ہوتے تو گفتگو روک دیتے ہم نے حضور نبی اکرم ﷺ کی بارگاہ میں اس امر کی شکایت کی تو آپ ﷺ نے فرمایا: ''لوگوں کو کیا ہوگیا ہے جب میرے اہل بیت سے کسی کو دیکھتے ہیں تو گفتگو روک دیتے ہیں؟ اللہ رب العزت کی قسم! کسی شخص کے دل میں اس وقت تک ایمان داخل نہیں ہوگا جب تک ان سے اللہ تعالیٰ کیلئے اور میرے قرابت کی وجہ سے محبت کرے۔ **(امام ابن ماجہ، حاکم)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ تعالیٰ عنہ ایک طویل روایت میں بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: پس یہ دیکھو کہ تم دو بھاری چیزوں میں مجھے کیسے باقی رکھتے ہو۔پس ایک نداء دینے والے نے ندا دی یارسول اللہ ﷺ! وہ دو بھاری چیزیں کیا ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: اللہ تعالیٰ کی کتاب جس کا ایک کنارا اللہ کے ہاتھ میں اور دوسرا کنارا تمہارے ہاتھوں میں ہے پس اگر تم اسے مضبوطی سے تھامے رہو تو کبھی بھی گمراہ نہیں ہوگے اور دوسری چیز میری عترت ہے اور بے شک اس لطیف خبیر رب نے مجھے خبر دی ہے کہ یہ دونوں چیزیں کبھی بھی جدا نہیں ہوں گی یہاں تک کہ یہ میرے پاس حوض پر حاضر ہوں گی اور ایسا ان کیلئے میں نے اپنے رب سے مانگا ہے۔ پس تم لوگ ان پر پیش قدمی نہ کرو کہ ہلاک ہوجاؤ اور نہ ہی ان سے پیچھے رہو کہ ہلاک ہوجاؤ اور نہ ان کو سکھاؤ کیونکہ یہ تم سے زیادہ جانتے ہیں۔پھر آپ ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا ہاتھ پکڑ لیا اور فرمایا: پس میں جس کی جان سے بڑھ کر اسے عزیز ہوں تو یہ علی اس کا مولا ہے۔اے اللہ! جو علیؓ کو اپنا دوست رکھتا ہے تو اسے اپنا دوست رکھ اور جو علیؓ سے عداوت رکھتا ہے تو اس سے عداوت رکھ۔'' **(امام طبرانی)**

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا تم میں سے بہترین وہ ہے جو میرے بعد میری اہل کیلئے بہترین ہے۔ **(امام حاکم، امام ابویعلیٰ)**

حسبی اللہ کا کمال اور جمال

نور حمید خان، کراچی

میں نے ''حسبی اللہ'' پڑھنا شروع کر دیا۔ صرف تین بار پڑھا فوراً ڈاکوؤں نے گاڑی روک دی۔ صرف رقم اٹھائی شناختی کارڈ، لائسنس اور گاڑی بھی واپس کردی۔ مجھے یقین ہے کہ یہ اللہ پاک کے نام کی برکت سے ہوا ہے

میں ایک ٹیکسی ڈرائیور ہوں، ایک رات سواری کا انتظار کررہا تھا۔ رات کافی ہوگئی تھی دو سواریاں آئیں۔ ٹیکسی میں بیٹھ گئے۔ تھوڑا آگے چلنے کے بعد انہوں نے پسٹل نکال لیا اور کہا کہ پرس دے دو۔ پرس میں 1860 روپے تھے۔ شناختی کارڈ تھا اور لائسنس تھا۔ وہ دراصل ڈاکو تھے۔ انہوں نے مجھ سے گاڑی چھین لی اور خود چلانا شروع کردی۔ مجھے اچانک خیال آیا کہ میں نے آج ورد نہیں کیا۔ میرا روز کا معمول ہے کہ ظہر کی نماز پڑھنے کے بعد راستے میں جتنے بھی فقیر، سائل ملتے ہیں 10 روپے فی فقیر دیتا ہوں۔ چاہے فقیر 2 ہوں یا دس ہوں اور صبح کی نماز کے بعد حسبی اللہ کا ورد کرتا ہوں۔ میں نے ''حسبی اللہ'' پڑھنا شروع کردیا۔ صرف تین بار پڑھا فوراً ڈاکوؤں نے گاڑی روک دی۔ صرف رقم اٹھائی شناختی کارڈ، لائسنس اور گاڑی بھی واپس کردی۔ مجھے یقین ہے کہ یہ اللہ پاک کے نام کی برکت سے ہوا ہے ورنہ شاید اتنی جلدی میری جان نہ چھوٹتی۔

میڈیکل سٹور والے

میں ایک مشہور میڈیکل سٹور والوں کے پاس ڈرائیور تھا مالک بہت نیک آدمی تھے۔ میں معدہ کا مریض تھا۔ معدہ میں پرانا زخم تھا۔ تیرہ سال تک علاج کراتا رہا مگر افاقہ نہ ہوا۔ ایک دن ان کے کچن میں بیٹھ کر کھانا کھا رہا تھا۔ کچن میں کیلنڈر لگا ہوا تھا اس پر کھانے کے آداب لکھے ہوئے اس میں لکھا تھا کھانا کھانے سے پہلے

1۔ پانی پینا سونا ہے۔

2۔ درمیان میں چاندی ہے۔

3۔ آخر میں زہر ہے۔

حدیث کا حوالہ بھی لکھا ہوا تھا وہ مجھے یاد نہیں ہے کہ کھانا کھانے کے فوراً بعد پانی پینا نقصان دہ ہے۔ اس بات پر عمل کرنا شروع کردیا۔ ایک ماہ میں معدہ ٹھیک ہوگیا۔ 1994 کی بات ہے۔ میں علاج کرا کرا کر تھک گیا تھا الحمدللہ آج تک معدہ صحیح ہے۔

پیٹ میں درد تھا

میں ٹیکسی چلا کر واپس آرہا تھا۔ پیٹ میں ہلکا ہلکا درد تھا۔ دو آدمی کھڑے تھے غالباً ٹیپو سلطان روڈ تھا۔ انہوں نے کہا کہ ہم نے نصیر آباد جانا ہے۔ کرایہ پوچھا میں نے کہا کہ 80 روپے لوں گا۔ انہوں نے حیران ہوکر پوچھا کہ راستہ معلوم ہے۔ میں نے کہا ہاں معلوم ہے۔ پھر پیسے کم کیوں مانگے ہیں۔ عام طور پر 200/250 روپے لیتے ہیں۔ میں نے کہا میں نے بالکل جائز مانگے ہیں۔ اس وقت پیٹ میں درد بہت بڑھ رہا تھا اور میں نے پیٹ پر ہاتھ رکھا ہوا تھا۔ ایک شخص نے پوچھا کہ کیا ہوا ہے؟ میں نے کہا کہ پیٹ میں درد ہے دو مرتبہ ڈاکٹر کے پاس جاچکا ہوں۔ 450 روپے لگ گئے ہیں۔ دوسرے ڈاکٹر کے پاس گیا لیکن درد صحیح نہیں ہوا۔ ایک مسافر نے کہا کہ تم نے سچ بولا ہے اور جائز پیسے لیے ہیں لہٰذا تمہیں انتہائی سستا اور آسان نسخہ بتاتا ہوں اور کہا کہ تمہارا مسئلہ 15/20 روپے میں حل ہوجائیگا۔ اس نے کہا کہ اسپغول کا چھلکا استعمال کرو۔ میں نے چھلکا لیا اور استعمال کرنے لگ گیا۔ اس مسافر کے بتانے میں تاثیر تھی اور اللہ کا کرم تھا کہ میں دوسرے دن بالکل ٹھیک ہوگیا۔ درد کی شدت کم ہوگئی۔ ڈکاریں آنے لگیں۔ ہاضمہ درست ہوگیا۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ سچ بولنے کا انعام ہے۔

شہد سے دردِ شقیقہ کا یقینی علاج

یہ دردِ سر کے ایک جانب نصف حصہ میں ہوتا ہے۔ طلوع آفتاب سے لیکر غروب آفتاب تک رہتا ہے۔ یہ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ مریض کو کسی پہلو چین نہیں ملتا۔ درد کی ٹیسیں سینے تک جاتی ہیں۔ مریض کو یوں معلوم ہوتا ہے جیسے اس کے سر میں ہتھوڑے مارے جارہے ہیں۔ اس بیماری کا شافی علاج درج ذیل ہے:۔

ایک بوند شہد لے کر سر درد والے حصہ کے مخالف نتھنے میں ڈال دیں فوراً آرام ہوگا۔ یہ ایک معجزے سے کم نہیں۔

باغات کا خالص شہد قارئین کی سہولت کو مدنظر رکھتے ہوئے ایک کلو اور 330 گرام کی لاجواب پیکنگ میں دستیاب ہے۔

330 گرام کی پیکنگ صرف -/200 روپے۔

ایک کلو: -/600 روپے۔

شہد کے مزید حیرت انگیز فوائد کے لئے ادارہ ''عبقری'' کی **''شہد کی کرامات''** کتاب کا مطالعہ ضرور فرمائیں۔

ایک دوا سو فائدے

راشد اللہ خان، لاہور

اسی دوا کا جادوئی اثر دیکھ کر ششدر رہ گیا۔ مجھے اس دوا سے کم از کم پانچ تکالیف کے کم ہونے کا ذاتی تجربہ ہوا

مکرمی و محترمی! السلام علیکم آپ کا رسالہ عبقری واقعی لاجواب ہے۔ جب سے میں نے اس کا مطالعہ کیا ہے مجھے جسمانی اور روحانی بہت سے فوائد حاصل ہوئے ہیں۔ میں بہت سی جسمانی بیماریوں میں مبتلا تھا۔ میرے عزیز نے مجھے ایک دفعہ عبقری رسالے کا تحفہ دیا میں نے پڑھنا شروع کیا تو پڑھتا ہی گیا اور رسالہ ختم کرکے چھوڑا۔ اس کے آخری دس صفحات میں عبقری کی ادویات کا تعارف پڑھا جس میں ایک دوا ''جوہر شفاء مدینہ'' کا تعارف پڑھ کر بہت متاثر ہوا جس میں لکھا تھا (موت کے سوا ہر مرض کا علاج)۔ میں عبقری کے دفتر سے جا کر جوہر شفاء مدینہ کی ایک ڈبی لی اور استعمال شروع کیا اس دوا کا جادوئی اثر دیکھ کر ششدر رہ گیا۔ مجھے اس دوا سے کم از کم پانچ تکالیف کے کم ہونے کا ذاتی تجربہ ہوا۔

1۔ فسچولہ 80 فیصد ٹھیک ہوا (جس کا ڈاکٹر سوائے آپریشن کے دوسرا علاج نہ بتلاتے تھے)

2۔ مثانے کی شدید درد میں افاقہ ہوا۔

3۔ معدے کی درستگی ہوئی۔

4۔ دونوں رانوں کی جڑ سے رطوبت نکلتی تھی، ٹھیک ہوئی۔

5۔ ہاتھ پاؤں سوجتے تھے، ٹھیک ہوگئے۔

اس کے علاوہ بھی جسم میں خوشگوار تبدیلیاں آئیں اور معدے کی اصلاح ہوئی۔ اب میں اس دوا کا گرویدہ ہوگیا ہوں اور یہ واقعی موت کے سوا ہر مرض کا علاج ہے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ وہ ذات آپ کو جزائے خیر دے۔ چھ ڈبیاں استعمال کرچکا ہوں اب تو میرے کافی عزیز و اقارب اس کا استعمال کررہے ہیں۔

نسخہ برائے آدھے سر کا درد

میں 1963ء سے آدھے سر کے درد میں مبتلا ہوا اور 1993ء تک رہا۔ ایک ڈاکٹر صاحب نے 1993ء میں چیک کیا تو صرف اتنا کہا کہ دوائی کی ضرورت نہیں۔ تکیہ رات کو نہ رکھیں۔ یا بہت پتلا رکھیں اس کے بعد آج تک سر درد نہیں ہوا۔ آزما کر دیکھ لیں۔ **(محمد عمر خان، اٹک)**

میں ورزش اس لیے نہیں کرتا

عرفان محمود، لاہور

صحیح شعور کے اس دور میں بھی ایک طبقہ ایسا موجود ہے جو ورزش کی بات پر چونک کر کہتا ہے ''کیا! ہم ورزش کریں؟'' ایسے افراد کی واحد ورزش سر اور گردن کو نفی میں حرکت دینا ہے۔ ورزش سے گریز کیلئے ان کے پاس جو عذر ہیں آیئے ذرا ان کا جائزہ لیں

کچھ دہائی پہلے تک عوام اپنی صحت کی بقا کیلئے کلیۃً سرکاری محکموں اور طبی اداروں پر انحصار کیا کرتے تھے۔ متوازن غذا' ورزش اور خوش فکری جیسی تدبیروں کی طرف لوگوں کا کوئی رجحان نہ تھا تاہم طبی معلومات کی فراہمی اور صحیح شعور میں اضافے کے ساتھ لوگوں میں صحت کی حفاظت کے لیے انفرادی ذمے داری کا احساس پیدا ہوا اور اب دنیا بھر میں ایسے مرد اور خواتین کی تعداد روز بہ روز بڑھتی جارہی ہے جو ورزش کو اپنے روزمرہ معمولات کا ایک لازمی حصہ بنا کر اس سے لطف اندوز ہوتے ہیں۔ آج کے دور میں لوگ پوری رغبت اور سرگرمی کے ساتھ دوڑ' تیز قدمی' سائیکلنگ وغیرہ جیسی ورزشوں کے ذریعے سے اپنی تندرستی اور جسمانی صحت اور فٹنس برقرار رکھے ہوئے ہیں۔

مگر صحیح شعور کے اس دور میں بھی ایک طبقہ ایسا موجود ہے جو ورزش کی بات پر چونک کر کہتا ہے ''کیا! ہم ورزش کریں؟'' ایسے افراد کی واحد ورزش سر اور گردن کو نفی میں حرکت دینا ہے۔ ورزش سے گریز کیلئے ان کے پاس جو عذر ہیں آیئے ذرا ان کا جائزہ لیں۔

ورزش سے میرے قلب پر دباؤ پڑے گا

جی نہیں! اگر آپ باقاعدگی سے معتدل ورزش کریں گے تو ایسا کوئی خطرہ نہیں۔ یقیناً آپ کو سست اور کاہلانہ زندگی گزارنے کے بعد فوراً ہی سخت قسم کے ورزشی معمولات شروع نہیں کرنے چاہئیں۔ اس ضمن میں خاص نکتہ اعتدال ہے۔ کسی بھی طرح کی ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے اپنا مکمل معائنہ کرالینا چاہیے اور آغاز میں کوئی ہلکی پھلکی ورزش کرنی چاہیے۔ ان احتیاطوں کے ساتھ ورزش سے آپ کے قلب کو کوئی ضرر نہیں پہنچے گا بلکہ اس کے افعال میں بہتری آئے گی۔ دی پریونٹو اینڈ سپورٹس میڈیسن سنٹر نیویارک کے ڈائریکٹر ڈاکٹر نوربرٹ سینڈر کا کہنا ہے ''منظم اور بامعنی ورزش آپ کے پورے جسم پر خوشگوار اثرات ڈالتی ہے۔ یہ جسم میں موجود چکنائیوں کو کم کرتی ہے' عضلات کو مضبوط بناتی ہے' قلب کو قوت بخشتی ہے' سانس اور ہاضمے کو بہتر بناتی ہے' گہری اور پرسکون نیند لانے میں مدد دیتی ہے حتیٰ کہ ورزش آپ کے ظاہری خدوخال میں بھی دل کشی پیدا کرتی ہے۔''

مگر' میں کوئی اچھا ورزش کار نہیں

ماہرین کا کہنا ہے کہ چند عام فہم احتیاطوں کو بروئے کار لانے سے ان عضلاتی دردوں اور چوٹوں کی روک تھام کی جاسکتی ہے جن کا بعض افراد ورزش کرتے ہوئے شکار ہوتے ہیں۔ ضروری ہے کہ ورزش شروع کرنے سے پہلے دس منٹ تک جسم کو موڑنے پھیلانے اور اچھل کود کے ذریعے سے نرم بنایا جائے یعنی وارم اپ کیا جائے۔ ورزش کیلئے خصوصی لباس اور مناسب مقام کا انتخاب بھی اہم ہے۔ خواتین' بالخصوص فربہ اندام عورتیں' ورزش کے وقت اونچی ایڑی کا جوتا نہ پہنیں۔ سخت زمین پر زیادہ دیر تک دوڑنے سے گریز کیا جائے۔ تیز قدمی کے دوران محض پنجوں کے بل دوڑنے کے بجائے پیروں کو ایڑھیوں سے پنجوں کی جانب حرکت دی جائے۔

لیکن' میں کچھ زیادہ ہی فربہ ہوں

زیادہ وزن کی وجہ سے ورزش سے دور بھاگنا ایک غلط روش ہے۔ مطالعاتی اعدادوشمار ظاہر کرتے ہیں کہ جسمانی وزن کم کرنے کیلئے غذائی پرہیز کے ساتھ ساتھ ورزش کا اہتمام زیادہ اچھے نتائج دیتا ہے' بہ نسبت اس کے کہ صرف کھانے پینے کی عادات پر قابو پایا جائے۔ ورزش سے جسمانی توانائی خرچ ہوتی ہے اور حراروں کے جلنے کی رفتار میں اضافہ ہوتا ہے۔ مزید برآں ورزش اس ضمنی مسائل کا بھی تدارک کرتی ہے جو وزن کم کرنے کے نتیجے میں پیش آسکتے ہیں۔

کیا ورزش میری بھوک میں اضافہ نہیں کرے گی؟

اس عام خدشے کے برعکس' ورزش بھوک کو دبانے والا عامل ثابت ہوئی ہے۔ حالیہ تحقیق ظاہر کرتی ہے کہ اگرچہ سخت ورزش (مثلاً جاگنگ) بھوک میں اضافہ کرتی ہے مگر ہلکی اور معتدل ورزش (مثلاً چہل قدمی) بھوک میں کمی لاتی ہے۔

ورزش اس ذہنی تناؤ کو کم کرتی ہے جو بسیارخوری کا ایک معلوم سبب ہے۔ اس کے علاوہ ورزش بے خوابی کو رفع کرتی ہے لہٰذا نہ آپ کمزوری محسوس کرتے ہیں اور نہ اس کے تدارک کیلئے آپ کو اپنی غذا میں اضافے کی ضرورت پیش آتی ہے۔

میں بڑھاپے کی وجہ سے ورزش نہیں کرسکتا

ڈاکٹر نوربرٹ سینڈر کہتے ہیں ''جسمانی فعالیت اور چستی کا اندازہ عمر کے پیمانے سے نہیں لگانا چاہیے۔ ماضی میں یہ خیال کیا جاتا تھا کہ 60 برس کی عمر کے بعد جسمانی فعالیت میں کمی آنا شروع ہوجاتی ہے لیکن اب ہم جانتے ہیں کہ ورزش کے ذریعے سے اس عمر کے بعد بھی کئی دہائیوں تک چاق چوبند رہا جاسکتا ہے۔ اس بات سے بھی مایوس نہیں ہونا چاہیے کہ آپ نے تاخیر سے ورزش کرنا شروع کی ہے۔ باقاعدہ ورزش سے آپ کی صحت و توانائی کی وہ سطح بحال ہوسکتی ہے جو 30 برس پہلے تھی۔''

تاہم معمر افراد کو ورزش شروع کرنے سے پہلے اپنے معالج سے مشورہ ضرور کرلینا چاہیے۔

ورزش کیلئے میرے پاس وقت نہیں

ڈاکٹر میسلر کا کہنا ہے کہ صحیح قسم کی ورزش کیلئے وقت نکالنا دراصل دستیاب وقت میں اضافہ کرتا ہے کیونکہ ورزش سے اتنی اضافی توانائی حاصل ہوجاتی ہے کہ آپ کم وقت میں زیادہ کام نمٹانے لگتے ہیں۔ ورزش شروع کرنے کے بعد اکثر لوگ خود کو زیادہ بیدار اور چست محسوس کرتے ہیں کیونکہ ان کا قلب اور پھیپھڑے زیادہ بہتر طور پر کام کرنے لگتے ہیں۔

ورزش سے میری نسوانی خصوصیات متاثر ہونگی

بہت سی خواتین کے ذہنوں میں مرد تن سازوں کی تصویر ہوتی ہے اور وہ ڈرتی ہیں کہ ورزش سے ان کا جسم بھی ایسا ہی ہوجائیگا لیکن حقیقت یہ ہے کہ خواتین اگر چاہیں بھی تو مردوں جیسی تن ساز نہیں بن سکتیں' کیونکہ ان میں مردوں سے مختلف ہارمون ہوتے ہیں۔ ورزش کا نتیجہ خواتین میں یہ ہوتا ہے کہ عضلات مضبوط تو ہوتے ہیں مگر موٹے نہیں ہوتے۔

کچھ خواتین اس بات سے پریشان ہوتی ہیں کہ ورزش سے چھاتیوں کی سختی اور ابھار متاثر ہوتا ہے یا تولیدی اعضاء کو نقصان پہنچتا ہے۔ درحقیقت بازوؤں کی ورزش سے سینے کے عضلات مضبوط ہوتے ہیں اور نسوانی ابھاروں میں اضافہ ہوتا ہے۔ تولیدی اعضاء پر برا اثر ڈالنے کے بجائے ورزش درد ایام کو رفع کرتی ہے۔

آپ نے دیکھا کہ ورزش کے فوائد کے مقابلے میں آپ کے اعتراضات و خدشات کوئی حیثیت نہیں رکھتے' لہٰذا انہیں ذہن سے نکال کر ان مرد و خواتین کی صف میں شامل ہوجایئے جو باقاعدہ ورزش کے ذریعے سے چستی اور صحت کا نمونہ بنے ہوئے ہیں۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 18

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

ایک انوکھا واقعہ ہوا جو میرے ذہن سے ابھی تک فراموش نہیں ہوا۔

باورچی بوڑھا جن ٹیک لگا کر بیٹھ گیا۔ اپنے ہاتھوں سے اپنی ڈھلکی ہوئی آنکھوں کی جلد کو اٹھا کر مجھے دیکھا اور بولا‘ ہوا یہ کہ شاہی خزانہ آہستہ آہستہ خالی ہوگیا اور سارا عیاشی میں ختم ہوگیا۔ حتیٰ کہ امور حکومت میں رکاوٹ پیدا ہوگئی چونکہ مداری‘ شعبدہ باز کالے جادو کے عامل ہر وقت اس کے اردگرد مقام اور انعام پاتے تھے۔ وہ قسمت اور ہاتھ کی لکیروں کے پرکھنے والوں کو خوب پسند کرتا‘ شکار سفر وحضر میں ان کو ساتھ رکھتا۔ اب ہر طرف فاقہ اور تنگدستی نے راج کیا تو اس نے ان مداریوں کو متوجہ کیا کہ اب کیا علاج کیا جائے ہر شخص نے اپنا اپنا راگ الاپا۔ ان میں ایک جادوگر نے کہا کہ اس کے شاہی قلعے اور نگری میں میرے علم کے مطابق بڑے بڑے خزانے دفن ہیں اگر آپ میرے مشورے سے چلیں اور میں آپ کو بتاؤں تو آپ ان خزانوں کو نکال کر عوام کی فلاح اور بھلائی کیلئے استعمال کریں۔ یہ سنتے ہی شہنشاہ اچھل پڑا اور عمل درآمد کیلئے فوراً احکامات جاری کرنے لگا لیکن جادوگر کہنے لگا کہ پہلے مجھے اپنا عمل کرنے دیں کہ آخر کیسے اور کس طرح اس خزانے کو نکالا جائے۔ اس نے 40 دن کی مہلت مانگی کہ مجھے 40 دن کی مہلت دی جائے کہ میں اس مہلت میں خزانے تلاش کروں اور پھر مزدوروں کے ذریعے کھدائی کرائی جائے۔ باورچی جن کی آواز بھرا گئی اور کچھ پھول گئی حتیٰ کہ کھانسی شروع ہوگئی پانی کے چند گھونٹ پیئے تو سانس بحال ہوئی۔

باورچی جن بولا اس نے اپنا چلہ شروع کیا اب وہ جگہ جگہ عمل کرتا کہ خزانہ کہاں ہے کہیں نہ ملا ایک جگہ جو کہ نہایت پرانا قلعہ تھا کچھ نشاندہی ہوئی لیکن اس پر جنات کا پہرا تھا کیونکہ ہر خزانے پر جنات اور طاقتور دیو کا پہرہ ہوتا ہے تاکہ کوئی انسان تو ویسے ہی نہ پہنچ سکے گا لیکن کوئی جن اس کو چرا کر نہ لے جائے ہر خزانہ اپنے مالک کے انتظار اور بطور امانت رکھا جاتا ہے کہ کتنی صدیوں یا سالوں کے بعد اس کے مالک تک اس امانت کو پہنچانا ہے۔ اس لیے ایک جناتی نظام ہے اس کے تحت بڑے بڑے طاقتور جنات کی ڈیوٹی ہوتی ہے کہ وہ اس خزانے کی بھرپور حفاظت کریں۔

اب خزانہ بہت بڑا تھا کہ 18 بادشاہوں کے خزانے بھی اس خزانے کا مقابلہ نہ کرسکتے تھے۔ جادوگر کے 28 دن ہوگئے باقی چند دن تھے ورنہ بادشاہ اسے قتل کرادیتا کیونکہ اس نے بادشاہ سے 40 دن کا وقت مانگا تھا اب جادوگر پریشان کہ اس کا حل کیسے ہو کہ بڑے طاقتور جنات سے وہ مقابلہ نہ کرسکتا تھا۔ اسی پریشانی میں وہ ایک بڑے عامل سے ملا کہ مجھے یہ مشکل آپڑی ہے کہ کہیں سے اس کا حل نکالیں۔ اس عامل کے تابع جنات تھے۔ انہوں نے ان سب جنات کو بلایا ان جنات نے تین دن مانگے۔ تین دن کے بعد جنات نے افسوس سے کہا کہ ان بڑے دیو سے لڑنا ہمارے بس کا کام نہیں اور وہ خزانہ اس بادشاہ کے حصے کا نہیں ہے بلکہ وہ اس کے بعد کی چار نسلوں کے حصے کا ہے۔ ان کا حصہ ہم اس بادشاہ کو کیسے دے سکتے ہیں۔

ہاں آپ کو ایک راستہ بتاتے ہیں کہ کوہساروں کے دامن میں کمیل بستی کے ایک بزرگ ہیں گوشہ نشین ہیں وہ دعا اور کوئی وظیفہ بتائیں گے اس وظیفے کی برکت سے سب مسائل حل ہوجائیں گے۔ وہ جادوگر بھاگم بھاگ ان بزرگوں کے پاس گیا انہوں نے سارے حالات سن کر پہلے جادوگر کو توبہ کرائی کہ بغیر توبہ کے اللہ کی کلام نفع نہ دے گی مرتا کیا نہ کرتا‘ توبہ کی پھر درویش نے فرمایا کہ بادشاہ کو توبہ کرائیں کہ رنگین زندگی سے ہی قحط اور مفلسی‘ مہنگائی آتی ہے۔ جادوگر بادشاہ کے دربار میں پہنچا اور ساری بات کہی۔ بادشاہ بوڑھا ہوگیا تھا۔ موت سامنے نظر آرہی تھی اس نے توبہ میں نجات سمجھی۔ اب یہ مل کر اس درویش کی خدمت میں پہنچے۔ انہوں نے توبہ کرائی اور فرمایا خود بھی اور رعایا بھی یَافَتَّاحُ یَابَاسِطُ کھلا ہر حالت میں پاک ناپاک سارا دن پڑھیں۔ غربت‘ قرضہ‘ تنگدستی اور قحط کیلئے لاجواب ہے۔ واقعی ایسا ہوا۔ باورچی جن کی آنکھوں میں آنسو آگئے کہ جب سب نے توبہ کی اور یہ لفظ پڑھے ہر طرف خوشحالی آگئی۔ بس شرط یہ ہے کہ چند ماہ یہ ضرور پڑھیں۔

کچھ عرصے سے عبقری کیلئے لکھ رہا ہوں۔ قارئین نے خوب سے خوب تر پسند کیا اور ڈھیروں ڈاک میرے نام آتی ہے کہ میرا ایڈریس اور ملاقات دی جائے لیکن جتنا میں اپنے علم اور تجربے سے مخلوق خدا کی خدمت کرسکتا ہوں اتنی خدمت کررہا ہوں اس سے زیادہ مجھ سے اور کچھ نہ ہوسکے گا۔ میں شاید کبھی سامنے نہ آتا لیکن حضرت حکیم صاحب کے اصرار پر اپنی آپ بیتی لکھ رہا ہوں۔ اگر میری گزشتہ اقساط کے تجربات کا قارئین بغور مطالعہ کریں تو ان پر نئے نئے انکشافات‘ حیرت کے راز اور روحانیت کی انوکھی دنیا کھلے گی۔ آج میں اپنی زندگی کے کچھ ایسے واقعات سنانا چاہوں گا جو اس سے پہلے کبھی بھی نہ بیان کیے اور نہ ہی لکھا۔ میں نے ایک دفعہ حاجی صاحب کے بیٹے عبدالسلام اور عبدالرشید کو کہا کہ کبھی مجھے جنات کی سب سے بڑی جیل کی سیر کراؤ وہاں کیا ہوتا ہے؟ اور جنات کی اصلاح اور جرائم کی روک تھام کیلئے انہیں کیسی سزائیں ملتی ہیں؟ جب میں نے انہیں یہ بات کہی تو کہنے لگے اس کیلئے آپ کو ایک عمل کا چلہ کرنا پڑے گا کیونکہ وہاں ایک جناتی طلسم کیا گیا ہے کہ کوئی اس میں داخل نہ ہوسکے اور نہ ہی داخل ہوکر واپس آسکے کیونکہ وہاں خود بڑے جادوگر ہوتے ہیں اور ان کے جادو کا توڑ ہر شخص بلکہ ہر جن کیلئے ناممکن ہوتا ہے۔ کئی واقعات ہوچکے ہیں لیکن ہم عاجز آگئے آخر کار ان جنات کو قابو اور باندھنے کیلئے صحابی بابا نے یہ خاص قرآنی عمل کرکے اس کو حصار کردیا ہے اب یہ جیل قلعہ ہے تو چونکہ ہم جن ہیں اور باوجود جن ہونے کے ہم سب نے یہ عمل یعنی چلہ کیا ہے۔ **(جاری ہے)**

نہایت مفید ٹوٹکے

یرقان میں مولی کے پتوں کی بھجیاں بنا کر کھانا بہت مفید ہے۔ ☆مولی کا پانی بمع پتے نچوڑ کر پینے سے یرقان دور ہوتا ہے۔ مولی کے قتلے کرکے رات کو کھلے آسمان تلے رکھ دیں‘ صبح کھائیں بواسیر میں افاقہ ہوگا۔

☆مولی کے عرق میں ایک چمچ نیم گرم دودھ ڈال کر نہار منہ استعمال کریں۔ بواسیر کیلئے بہت مفید ہے۔

☆چھپکلیاں کچن سے نکالنے کیلئے مور کا پر لگادیں اس سے وہ واپس نہیں آئیں گی۔

☆اگر ہانڈی جل جائے تو سالن دوسرے برتن میں الٹا کر تھوڑا سا دودھ ڈال دیں‘ اس طرح کرنے سے نہ بو آئے گی نہ جلنے کا ذائقہ۔ **(بنت جمشید چغتائی)**

ایک سخت جان مخلوق کی کہانی

محمد راشد، لاہور

یہ مخلوق تو جانے کیا کیا کھا لیتی ہے۔ گوند، پیرافین، پینٹ، اون، کپڑے، پودوں کی کلیاں تک صاف کر جاتی ہے اس سے صابن نہیں بچتا۔ تیل اور گھی پی لیتی ہے۔ حد یہ ہے کہ اپنی چھوڑی ہوئی جلد (کینچلی) تک کھا جاتی ہے

اگر رات کے وقت آپ اندھیرے میں کسی جنگل یا سنسان جگہ سے گزر رہے ہیں تو آپ کے کانوں میں جھائیں جھائیں کی ایک عجیب سی آواز گونجے تو یہ آواز بہت سارے چھوٹے چھوٹے کیڑے مل کر پیدا کرتے ہیں جس سے سارا جنگل گونج اٹھتا ہے۔ مکھی اور مچھر کی طرح کی یہ مخلوق اپنے سامنے کے دونوں پیروں کو ایک دوسرے کے ساتھ رگڑ کر یہ آواز پیدا کرتی ہے۔ شاید آپ اس مخلوق کو پہچان گئے ہوں۔ اگر آپ ابھی نہیں پہچانے تو ہم اس کی ایک اور نشانی بتاتے ہیں۔

ارے یہ کیا الماری کھولتے ہی ان صاحب کا منہ کیوں لٹک گیا؟ اور یہ انہوں نے اس سے کیسی بوسیدہ کتاب نکالی ہے! آدھی کتاب تو کھائی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ شاید آپ جان گئے ہوں جی ہاں یہ بھی اسی مخلوق کی کارستانی ہے۔ ابھی تو آپ نے صرف کتاب کا قصہ پڑھا ہے۔ یہ مخلوق تو جانے کیا کیا کھا لیتی ہے۔ گوند، پیرافین، پینٹ، اون، کپڑے، پودوں کی کلیاں تک صاف کر جاتی ہے۔ اس سے صابن نہیں بچتا۔ تیل اور گھی پی لیتی ہے۔ حد یہ ہے کہ اپنی چھوڑی ہوئی جلد (کینچلی) تک کھا جاتی ہے۔

جی ہاں! آپ نے ٹھیک فرمایا یہ مخلوق جھینگر ہے۔ جو کھانے پینے کے سلسلے میں کسی غذا کا پابند نہیں جو مل جائے کھا لیتا ہے اور خدا کا شکر ادا کرتا ہے جب اسے کھانے کیلئے کچھ نہیں ملتا تو یہ گیدڑوں کی سی حرکت کرتا ہے۔ گیدڑ اپنے مردہ ساتھی کھا جاتے ہیں اور جھینگر اپنے ہی انڈے کھا جاتا ہے۔ جھینگر کی ایک خاص قسم تو لکڑی بھی ہضم کر جاتی ہے۔ اس کے علاوہ یہ دوسرے جانداروں کے مقابلے میں زیادہ عرصے تک بھوکا پیاسا تقریباً ایک ماہ تک زندہ رہ سکتا ہے۔ صرف پانی پر دو مہینے اور صرف سوکھی غذا پر پانچ مہینے زندہ رہ سکتا ہے۔ کمال یہ ہے کہ نہ تو یہ دبلا ہوتا ہے اور نہ کمزور۔

خدا نے ہمیں دو آنکھیں عطا کی ہیں مگر جھینگر کے سر پر پانچ آنکھیں ہوتی ہیں۔ تین آنکھیں سادہ ہوتی ہیں اور دو مرکب، ان کی مدد سے جھینگر چاروں طرف یعنی پیٹھ کے پیچھے بھی دیکھ سکتا ہے۔ سر کے بعد کا حصہ سینہ کہلاتا ہے۔ یہ پیٹ سے چھوٹا ہوتا ہے۔ اس سے چھ جوڑ رکھنے والی ٹانگیں جڑی ہوتی ہیں۔ جن کی مدد سے دوڑتا پھرتا ہے اور خطرے کے وقت تیزی سے بھاگ نکلتا ہے۔ سینے کے بعد پیٹ کا حصہ ہوتا ہے۔ ہر جھینگر کے دو پر بھی ہوتے ہیں۔

جھینگر کی اقسام

جھینگر کی کئی قسمیں ہوتی ہیں بعض جھینگر تو ڈھائی انچ تک لمبے ہوتے ہیں اور ان کے پروں کا پھیلاؤ سات انچ تک ہوتا ہے اور بعض قسمیں بے حد چھوٹی یعنی چاول کے دانے کے برابر۔ جھینگر کی صرف چند قسمیں گھروں میں اور باقی جنگلوں وغیرہ میں پائی جاتی ہیں۔ جھینگر عموماً گندی جگہوں پر رہتا ہے لیکن ہمیشہ صاف ستھرا رہنے کی کوشش کرتا ہے۔ اپنی ٹانگیں اور مونچھیں صاف کرتا رہتا ہے۔

جھینگر کی آبادی بڑی تیزی سے بڑھتی ہے۔ ایک مادہ جھینگر دس ماہ میں 180 بچے پیدا کرتی ہے۔ یہ ایک مہینے کے اندر بڑے ہوکر خود بھی بچے پیدا کرنے لگتے ہیں۔ مادہ جھینگر اپنے انڈوں کو ایک تھیلی میں اپنے ساتھ لیے پھرتی ہے۔ انڈوں کی تھیلی اس کے پیٹ کے نچلے حصے کے ساتھ جڑی ہوتی ہے جب انڈوں سے بچے نکلنے کے قریب ہوتے ہیں تو انڈوں کی تھیلی کو ایسی جگہ رکھ کر کوڑے سے ڈھانک دیتی ہے جہاں نکلنے والے بچوں کو آسانی سے خوراک مل سکے۔ اگر ان بچوں کو غذا نہ ملے تو یہ مر جاتے ہیں۔

سائنسدانوں کا کہنا ہے کہ جھینگر نہایت قدیم جانور ہے۔ یہ انسانوں کی پیدائش سے پہلے بھی زمین پر موجود تھا۔ جھینگر بڑا ہی سخت جان اور طاقتور ہوتا ہے۔ اگر آپ اس کے اوپر صرف پیر رکھ دیں تو یہ آپ کا وزن برداشت کر لے گا مگر شرط یہ ہے کہ آپ اسے رگڑیں نہیں ورنہ بیچارے کی ہڈی پسلی ایک ہو جائے گی۔ ویسے جھینگر کے جسم میں ہڈی نہیں ہوتی۔ یہ بغیر ہڈی کا جانور ہے۔ یہ اپنے جسم کو آسانی سے موڑ بھی سکتا ہے اور اسی لیے پتلی پتلی درازوں میں آسانی کے ساتھ گھس جاتا ہے۔

اصل ترقی کا راستہ

حافظ ہارون معاویہ، کراچی

گزشتہ کیلئے افسوس کرنے اور ضائع شدہ طاقت کیلئے پچھتانے سے کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوسکتا

سچائی، اعلیٰ زندگانی اور اصلی ترقی کا راستہ کبھی کسی انسان کیلئے بند نہیں ہوتا، جب تک کہ وہ خود اسے بند نہ کردے۔ انسان کو چاہئے کہ خود اس اصول کا معتقد ہوجائے۔ اس کو اپنی زندگی کا اعلیٰ اور اصلی اصول قرار دے۔ تب وہ دیکھے گا کہ اس وقت اس کو مناسب ہے کہ موقع حاصل ہونے پر ہمیشہ اپنی طرف سے بہترین اور اعلیٰ کوششیں کرے اور اعلیٰ سے اعلیٰ زندگی بسر کرے۔ نتیجہ کی طرف سے لاپرواہ ہوجائے کہ کیا ہوتا ہے آئندہ کی طرف خیال کرنے کی بجائے ہمیشہ پیچھے کو دیکھنا اور یہ سوچتے رہنا کہ کیا ہوسکتا تھا۔ سخت کمزوری کا باعث ہے اس کے باعث انسان سے خود اعتباری کی صفت دور ہوجاتی ہے۔ گزشتہ کیلئے افسوس کرنے اور ضائع شدہ طاقت کیلئے پچھتانے سے کوئی فائدہ حاصل نہیں ہوسکتا بلکہ الٹا انسان کا حوصلہ پست ہوتا ہے اور آئندہ کیلئے تیار کرنے میں خامی پیدا ہوسکتی ہے۔

جدوجہد سے تھکے ہوئے، اداس اور کمزور انسان سے قدرت محبت اور شفقت بھرے لہجے میں یہ کہتی ہے کہ اس وقت جو چھوٹا سا کام تم کر رہے ہو اس پر اپنی پوری طاقت خرچ کردو اور عمدہ سے عمدہ طریقہ سے اسے انجام دو، اپنے خیالات اور دماغی روشنی کے مطابق آئندہ کی تیاری کے خیال سے اس کو خوش دلی اور مسرت سے پورا کرو اور اپنا تمام علم اور تجربہ اس پر صرف کردو اگر تم نے اس پر اپنی اعلیٰ سے اعلیٰ کوشش کر دکھائی تو تم کو مبارک ہو۔

زمانہ گزشتہ ہمیشہ کیلئے گزر گیا ہے تم اب اس کو واپس نہیں لاسکتے۔ خواہ کتنے چیں بجبیں ہو۔ کتنی ہی جدوجہد کرو، کتنا ہی مصیبت اور عذاب بھگتو اور کتنے ہی اداس افسردہ خاطر ہو، گزرا ہوا زمانہ ہرگز واپس نہیں آئے گا۔ اس کا واپس لانا تمہاری طاقت سے ایسا ہی باہر ہے جیسا کہ اپنی پیدائش سے کروڑہا برس پہلے کا واپس لانا ہے۔ تمام گزشتہ زمانہ اور اس کے رنج وافسوس۔ ضائع شدہ موقعوں کا خیال تک بھی نہ کرو۔ آئندہ پر امید اور بھروسہ رکھو، موجودہ زمانہ کے ہر ایک چھوٹے سے چھوٹے موقع کو ایک ایسی روشنی اور صداقت سمجھو کہ جس کے گزر جانے پر تم اس کی طرف خوشی سے دیکھ سکو۔

اس ماہ کا دکھی خط

مجھے جنات نے گھیر رکھا ہے

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ راز داری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

السلام علیکم! میری کہانی یہ ہے کہ عرصہ تیس سال میری شادی کو ہو چکے ہیں، مگر ابھی تک ایک بھی گھڑی سکون کی نہیں دیکھی جب سے میری شادی ہوئی تب سے ہی پریشانیوں اور جنات نے گھیر رکھا ہے ہمارے گھر میں کبھی بھی کوئی جادو تعویذ کسی قسم کا کوئی تصور بھی نہیں تھا میں ایک امیر ترین باپ کی بیٹی اور اچھے خاصے گھرانے سے تعلق رکھتی ہوں جب میرا رشتہ ہوا تب سے ہی میرے سسرال والوں نے جادو تعویذوں سے رشتہ لیا ہم بھولے بھالے لوگوں کو یہ پتہ نہ چل سکا کہ یہ لالچی قسم کے لوگ ہیں جب میری منگنی ہوئی تو میں اتنی بیمار ہوئی کہ پورا جسم گل گیا دیسی ٹوٹکے اور ڈاکٹروں کے علاج کروانے سے ٹھیک ہو گیا مگر پوری طرح سے نہیں، منگنی کے چار سال بعد شادی ہوگئی۔ سسرال والوں نے پہلے دن سے ہی ظلم کرنا شروع کر دیئے۔ سال کے بعد ایک بچی پیدا ہوئی' اللہ تعالیٰ نے موت کے منہ سے بچایا۔ میرے پانچ بچے ہیں۔ تین بیٹیاں اور دو بیٹے شوہر کا رویہ پہلے دن سے ہی ٹھیک نہیں تھا۔ شروع دن سے ہی اپنی ماں بہنوں کے ساتھ مل کر میرے ساتھ ظلم کرواتا رہا آٹھ سال سسرال میں رہی ایک بھی گھڑی سکون کا سانس نہیں لیا۔ میری ساس نندوں نے ایک کالے علم والا باپ بنایا ہوا تھا جو میرے سامنے بھی گھر میں آیا کرتا تھا اس سے انہوں نے کالے علم کے چلے کاٹے ہوئے تھے جو کہ ہمارے اوپر چلوں کے ذریعے جنات بھوت چھوڑتی رہتی ہیں۔ آہستہ آہستہ ان چیزوں کا سامنا ہونے لگا ہم نے کوئی ایسی جگہ نہیں چھوڑی کہ ہمیں کوئی آفاقہ ہوتا۔

آٹھ سال کے بعد سسرال سے نکل گئی سب کچھ چھوڑ آئی ایک پرائیویٹ فرم میں نوکری مل گئی' میں اب نوکری کرتی ہوں اور اپنے بچے پال رہی ہوں بچوں کی ذمہ داریاں' باہر کی گھر کی سب ذمہ داریاں مردوں کی طرح نبھا رہی ہوں۔ شوہر تو گھر میں کچھ دنوں کیلئے مہمان بن کر آتا ہے اور چلا جاتا ہے۔ میرا شوہر گورنمنٹ کے ادارے میں ملازمت کرتا ہے۔ تنخواہ بھی ٹھیک ٹھاک ہے اچھا کماتا ہے لیکن ہمارے سامنے ہی کہتا ہے کہ میری تنخواہ بہت تھوڑی ہے۔ دوسروں کو برا بھلا کہتا ہے۔ آج تک اپنے بچوں کو کبھی کہیں سیر کرانے کیلئے نہیں لے کر گیا اگر بچے کہتے ہیں تو کہتا ہے تمہاری شکلیں ہیں کہیں جانے کے قابل حالانکہ ماشاءاللہ سے میرے بچے بہت خوبصورت ہیں۔ بچوں سے اتنی نفرت کرتا ہے اور بدچلن ہے دس دس ماہ گھر نہیں آتا۔

اکیلی بچوں کو سنبھال کر بیٹھی ہوئی ہوں اب بچیاں جوان ہو چکی ہیں شادی کی عمر نکلتی جارہی ہے کرائے کا مکان ہے' مکانوں کے کرائے اتنے ہیں کہ مہنگائی نے کمر توڑ رکھی ہے میں بہت پریشان ہوں نہ ہی ہمیں گھر بنا کر دیتا ہے نہ خرچہ پورا دیتا ہے۔ ہمارے ساتھ رویہ صحیح نہیں ہے میں پانچ وقت کی نمازی اور تہجد گزار عورت ہوں مجھے اللہ کے فضل سے ولایت بھی مل چکی ہے جو کہ طرح طرح کے جادوگروں کے پاس جا کر یہ سب کھو چکی ہوں۔ خدارا مجھے بتائیں کوئی مشورہ دیں کوئی وظائف بتائیں کہ میں کیا کروں؟

اب بچے بھی بہت ڈھیٹ ہو چکے ہیں۔ ماں کا کہنا نہیں مانتے' بچیاں بڑی ہیں اور بیٹے چھوٹے ہیں۔ بڑے بیٹے کو حافظ سکول میں داخل کروایا ہے مگر دل لگا کر پڑھتا نہیں ہے جس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ ہر وقت دورد پاک کا ورد کرتی رہتی ہوں۔ میرے سسرال والے مانسہرہ میں رہتے ہیں میرا سسر واپڈا میں ملازمت کرتا تھا جو کہ اب ریٹائر ہو چکا ہے اور میرے ابو کو بھی جادو سے مارا گیا۔ دشمن میرے بچوں کو امتحانوں میں کامیاب نہیں ہونے دیتے اب بچے بھی محنت کر کر کے دلبر داشتہ ہو چکے ہیں۔ میرے بچوں کو کامیابی کیلئے کوئی وظیفہ بتائیں۔ حکیم صاحب بڑی امید دل میں رکھ کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں آپ کا عبقری رسالہ ہر ماہ پڑھتی ہوں۔ خدارا میرے لیے دعا بھی کروائیں اور مجھے وظائف بھی دیں آپ کی بڑی مہربانی ہوگی۔

ہم سب بہن بھائی ماں جہاں جہاں بھی ہیں سب پریشان اور جادو کے ستائے ہوئے ہیں۔ خدارا ہمارے لیے دعا ضرور کروائیں اللہ تعالیٰ ہمیں پریشانیوں سے نجات دلائے۔

(قارئین الجھی زندگی کا سلگتا خط آپ نے پڑھا، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ اس دکھ کا مداوا کیا ہے؟)

دسمبر کے دکھی خط کا جواب

السلام علیکم کے بعد عرض ہے کہ آپ کا ماہنامہ عبقری نمبر 54 دسمبر 2010ء کسی نے پڑھنے کیلئے دیا سب سے پہلے مجھے صفحہ 41 پر ایک دکھی ماں کا خط پڑھ کر دکھ ہوا جس کا عنوان تھا ''وہ کہیں خودکشی نہ کرلے'' یہ ایک ماں کا دکھ نہیں کئی ماؤں کا دکھ ہے۔ اس سلسلے میں قرآن پاک کی سورۃ لکھنا چاہتا ہوں امید ہے اللہ پاک کی مہربانی اور رسول اکرم ﷺ کے وسیلہ سے انشاءاللہ تعالیٰ کام ہو جائے گا۔ وہ سورۃ یہ ہے:۔

سپارہ نمبر 16 میں طٰہٰ سورۃ ہے اس کی 135 آیتیں ہیں۔ گھر کا کوئی فرد ماں' باپ یا بیٹی کوئی ایک ہو وضو کر کے قبلہ رو ہو کر بیٹھ جائے۔ ایک نشست میں 21 دفعہ پڑھیں۔ پڑھتے وقت کسی سے بات نہ کریں۔ شروع و آخر درود شریف ضرور پڑھیں اور دعائے اختتام پر آمین ضرور پڑھیں۔ **نوٹ:** سورۃ پڑھنے سے قبل ہر دفعہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنا ضروری ہے۔ دعا خلوص' توجہ' یکسوئی اور عقیدت سے ہو۔ کامیابی کی صورت میں ہو سکے تو ہمیں مطلع ضرور فرمائیں۔ شکریہ! **(احمد جان خان' ایبٹ آباد)**

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد مشکور رہوں گے۔ **(ادارہ)**

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول شدہ تحریریں

بنت یونس' گجرات۔ عبدالستار کالرو' مظفر گڑھ۔ سدرۃ المنتہیٰ' چکوال۔ بشریٰ نوشین' رسالپور کینٹ۔ عاشق حسین بٹ' راولپنڈی۔ صبا اشرف' لاہور۔ محمد مظہر حسین' جہانیاں۔ ڈاکٹر الطاف حسین خان' ملتان۔ محمد رمضان' صادق آباد۔ بنت مشتاق احمد' کنڈیارو۔ غلام زیبی' پشاور۔ نصیر احمد' ایبٹ آباد۔ عزیز الرحمٰن عزیز' پشاور۔

سبز چائے سے آنکھوں کی بیماریاں ختم

ایک تحقیق کے مطابق دن میں ایک کپ سبز چائے پینے سے دانتوں کی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں تو دوسری تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ آنکھوں کی بیماری ''کولوکوما''موتیا کے مضر اثرات کو زائل کرنے میں سبز چائے مجرب ثابت ہوئی ہے

بچوں کو دل کا مریض نہ بنائیے

جدید تحقیق کے مطابق اگر آپ اپنے بچوں کے خیر خواہ ہیں تو انہیں جوانی میں قلب کی تکالیف اور ہائی بلڈ پریشر سے محفوظ رکھنے کیلئے بچپن ہی میں ایسی غذائیں دیجئے جن سے ان کے خون میں کولیسٹرول کی سطح نہ بڑھنے پائے۔ نیویارک کے ماؤنٹ سنائی سکول آف میڈیسن کے ڈاکٹر ایڈورڈ اے فشر کے مطابق جن خاندانوں میں کولیسٹرول کی کثرت اور قلب کی تکالیف عام ہوں ان کے بچوں کے خون میں دو سال ہی کی کم عمر سے کولیسٹرول کی سطح کا کھوج لگانا چاہیے۔ اگر ان بچوں کے خون میں کولیسٹرول کی مجموعی سطح ۲۰۰ یا زیادہ ہو'(ایل ڈی ایل) کولیسٹرول ۱۱۰یا اس سے زیادہ ہو تو ایسے بچوں کو ورزش کرنے کی ترغیب زیادہ دینی چاہیے اور انہیں روغنی اشیاء کم کھانے کو دینی چاہئیں۔ اس پروگرام پر چھ مہینے عمل کرنے کے بعد ان کے خون میں کولیسٹرول کی سطح دوبارہ چیک کرنی چاہیے۔ پھر یہ سلسلہ دو سال کے بعد شروع کرنا چاہیے' اس سے پہلے نہیں۔ والدین کو چاہیے کہ وہ اپنے بچوں کو کم چکنائی اور زیادہ کیلشیم والا دودھ پلائیں۔ کینو' سنگترے کا رس اور پھل زیادہ دیں۔ بازار والی اشیاء کی بجائے گھر کے تیار کردہ کھانے' اسنیکس وغیرہ' کم چکنائی کے ساتھ تیار کرکے دیں۔ بغیر چربی کی مرغی آگ پر سینک کر دیں۔ گھی' تیل لگی روٹیاں نہ دیں۔ اسی طرح مکھن' بالائی کا استعمال کم سے کم کر دیں۔

جسمانی فٹنس کیلئے بلڈ گروپ کو مدنظر رکھنا ضروری ہوگا

جدید طبی تحقیق کے مطابق بھر جسمانی فٹنس کیلئے اب خون کے گروپ کو مدنظر رکھ کر خوراک کا چارٹ مرتب کرنا ہوگا۔ جمخانوں میں جا کر ورزش کرنا، یوگا کرنا، دوڑ اور تیراکی کرنا ماضی کی باتیں ہیں۔ نئی تحقیق کے مطابق خون کا گروپ ایک ایسا خفیہ نظام رکھتا ہے جس سے خوراک کو ہم آہنگ کرکے ہمیشہ کیلئے فٹ رکھا جا سکتا ہے۔ ماہرین طب نے خون کے گروپ کو مدنظر رکھ کر مختلف غذائی چارٹ مرتب کر لئے ہیں۔ پروفیسر ڈاکٹر ایکا ٹائیڈون کی اس تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ ہر آدمی کے بلڈ گروپ کا خوراک سے متعلق ایک خاص نوعیت کا ردعمل ہوتا ہے جس کی وجہ سے خوراک اور جسمانی نشوونما میں ہم آہنگی نہیں ہوتی۔ اس سے یا تو جسم کو خوراک لگتی ہے یا پھر وہ جسم کو موٹا کرنے لگتی ہے۔ بلڈ گروپ ڈائٹ پر مبنی تحقیق میں خوراک میں شامل کیلوریز کو جسم میں جلنے اور جسم کا حصہ بننے کے بارے میں مکمل تفصیل دی گئی ہے۔

سبز چائے آنکھوں کی بیماریاں کم کرتی ہے

طبی ماہرین نے ایک دفعہ پھر سبز چائے کی افادیت کو تسلیم کرتے ہوئے اس کو دانتوں اور آنکھوں کیلئے مفید قرار دے دیا ہے۔ ایک تحقیق کے مطابق دن میں ایک کپ سبز چائے پینے سے دانتوں کی بیماریاں ختم ہو جاتی ہیں تو دوسری تحقیق میں بتایا گیا ہے کہ آنکھوں کی بیماری ''کولوکوما''موتیا کے مضر اثرات کو زائل کرنے میں سبز چائے مجرب ثابت ہوئی ہے۔ دانتوں سے متعلق تحقیق کولمبیا یونیورسٹی کے پروفیسر الفریڈ وموریب نے مکمل کی ہے جس میں بتایا گیا ہے کہ سبز چائے بغیر چینی کے استعمال کرنی چاہیئے تاکہ یہ دانتوں میں پلنے والے خطرناک بیکٹیریا کو ختم کر سکے۔ دوسری تحقیق میں اسی نوعیت کے نتائج سامنے آئے ہیں جن میں بتایا گیا ہے کہ سبز چائے جسم میں زہریلے مادوں کو ختم کرتی ہے اور ان زہریلے مادوں کی وجہ سے آنکھوں کے عضلات میں خرابیوں سے موتیا اور دیگر بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں۔ اس تحقیق کو پروفیسر جائی پیوئی پانگ نے مکمل کیا۔ اس تحقیق میں انہوں نے سبز چائے کے ہمراہ وٹامن سی، وٹامن ای، لیوٹائن اور زیکستھان مادوں پر بھی تحقیق کی۔ لیبارٹری تجربات کے بعد معلوم ہوا کہ سبز چائے کے اثرات اس سے زیادہ بہتر ہیں۔

جوڑوں کے درد کیلئے

ستاور' زنجبیل' اسگندرنا گوری' مصبر' سورنجاں شیریں' چھلکا ہڑیڑ 20 گرام' کنوار گندل کا گودا 100 گرام میں کھرل کرکے چنے برابر گولی بنالیں۔ 2 گولی صبح وشام۔ نہایت مؤثر کم خرچ اور اعلیٰ پائے کا نسخہ ہے۔ **(شوکت شاہین' خانیوال)**

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

السلام علیکم! میں چند ماہ سے ماہنامہ عبقری کا قاری ہوں۔ یہ رسالہ بے شک موجودہ دور کی انتہائی اہم ضرورت ہے۔ ماہنامہ عبقری میں چھپنے والا ایک مستقل مضمون نورانی مراقبہ میں باقاعدگی سے کرتا ہوں۔ میں بہت عرصے سے روحانی بیماریوں کی اصلاح کی فکر میں تھا۔ بہت کوششوں کے باوجود بدنظری کا گناہ میری جان نہیں چھوڑ رہا تھا اور میں اس گناہ میں بری طرح مبتلا تھا میں نے اس کے علاج کیلئے نورانی مراقبے کو آزمانے کا سوچا۔ ہر ماہ کے نورانی مراقبے کا ورد کرتے ہوئے یہ تصور کرتا کہ میں آئندہ یہ گناہ نہیں کرونگا اور اس کی ظلمت اور سیاہی میرے اندر سے دھل رہی ہے۔ پہلے تو مجھے توجہ بنانے میں بہت مشکل کا سامنا کرنا پڑا لیکن کچھ دن بعد مجھے مزا آنے لگا اور میں لاشعوری طور پر اس گناہ سے بچنے لگا۔ اس سے مجھے نورانی مراقبے کی افادیت کا صحیح معنوں میں احساس ہوا۔ نورانی مراقبہ باقاعدگی سے کرنے سے مجھے اب پرسکون نیند آتی ہے۔ **(محمد مدثر' لاہور)**

شیخ جابر

ہاتھوں کے لمس سے ڈپریشن کا خاتمہ

ماسٹر ''مکاؤسوئی'' کے طریقہ کے مطابق جب ''رے کی'' دی جاتی ہے تو چونکہ ''رے کی'' ہیلر خاص تربیت اور اجازت کے عمل سے گزر چکا ہوتا ہے تو وہ یہ تمام عمل ایک خاص منظم اور مضبوط انداز میں انجام دیتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس کے نتائج غیر معمولی طور پر سامنے آتے ہیں۔

ایک بچہ میدان میں دوڑ رہا تھا اسے ٹھوکر لگی اور وہ زمین پر گر گیا۔

اس کے گھٹنوں پر چوٹ آئی۔ بچہ نے بسورتے ہوئے اپنے گھٹنے دونوں ہاتھوں سے تھام لئے۔ ماں ساتھ ہی تھی...... اس نے دیکھا تو دوڑ کر بچے کو گود میں لیا اور چوٹ والے مقام پر ہاتھ رکھ دیا......

چلتی ہوئی بس سے اترتے ہوئے ایک صاحب کی کہنی بس کے دروازے سے ٹکرائی...... انہیں شدید چوٹ کا احساس ہوا اور فوراً انہوں نے اپنے دوسرے ہاتھ سے کہنی کو پکڑ لیا......

ہماری زندگی کے ایسے کئی واقعات ہیں...... جب آرام پہنچانے کیلئے ہم مقام ماؤف پر دونوں ہاتھ رکھ دیتے ہیں اور سانس روک لیتے ہیں۔ گھٹنوں پر چوٹ آئی' گھٹنوں پر چوٹ آئی' دونوں ہاتھ گھٹنوں پر رکھ دیئے اور سانس روک لی۔ اس سے آرام ملتا ہے۔ اب غور کرنے کی بات ہے کہ یہ کیا ہے؟

فطرت کی رہنمائی میں تمام انسان تکلیف سے راحت حاصل کرنے کیلئے غیر ارادی طور پر یہ عمل کیوں کرتے ہیں؟ غور کریں تو اس عمل کے دوران آپ کو وہ بنیادی باتیں واضح نظر آئیں گی۔ اول چوٹ کے مقام کو گرفت میں لینا یا اس پر ہاتھ رکھ دینا یعنی ''چھونا'' دوئم ''سانس روک لینا'' اب یہ بھی دیکھیں کہ اس عمل سے آرام بھی آجاتا ہے۔ کیا یہ ''رے کی'' نہیں؟ جی ہاں! یہ ہے فطرت کی رہنمائی میں ہر فرد کا ''رے کی'' دینا۔

ماسٹر ''مکاؤسوئی'' کے طریقہ کے مطابق جب ''رے کی'' دی جاتی ہے تو چونکہ ''رے کی'' ہیلر خاص تربیت اور اجازت کے عمل سے گزر چکا ہوتا ہے تو وہ یہ تمام عمل ایک خاص منظم اور مضبوط انداز میں انجام دیتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس کے نتائج غیر معمولی طور پر سامنے آتے ہیں۔ ماسٹر ''مکاؤسوئی'' نے جو تربیت دی اس میں ایک مشق ''سانس'' کی بھی ہوا کرتی تھی۔ اب ہمارے ہاں مغرب سے جو ''رے کی'' تکنیک آئی ہے اس میں سانس کی مشق نہیں ہے۔ ہم ''رے کی'' کے شائقین کے استفادے کیلئے ماسٹر مکاؤسوئی کی فرمودہ مشق یہاں نقل کریں گے۔ پہلے کچھ بات چھونے کے حوالے سے ہو جائے۔ یوں تو ''رے کی'' دینے کے متعدد طریقے ہیں (جن کا ذکر اگلی سطور میں آئے گا) لیکن عام طور پر جو طریقہ سب سے زیادہ رائج ہے وہ ہے چھو کر ''رے کی'' دینا۔ اس میں یہ کیا جاتا ہے کہ ''رے کی ہیلر'' مریض کے سر' چہرے یا کاندھوں وغیرہ پر ہاتھ رکھ کر ''رے کی'' دیتا ہے۔ اس حوالے سے ایک تو ہے ضابطہ اخلاق...... ریکی ہیلر کو مذہبی' اخلاقی اور معاشرتی اقدار و ضوابط کی پاسداری کرنا چاہیے۔

رے کی کے حوالے سے ایک اضافی اخلاقی قدغن یہ عائد کی جاتی ہے کہ آپ مریض کو یا جسے بھی رے کی دینا چاہتے ہیں اگر وہ رے کی سے متعارف نہیں ہے تو پہلے اسے رے کی کے بارے میں بتائیں۔ یہ باتیں کہ آپ اسے چھو کر رے کی دینا چاہتے ہیں۔ نیز یہ کہ آپ اس کے جسم کے کن حصوں پر اندازاً کتنی دیر ہاتھ رکھیں گے۔ یاد رہے بعض افراد پسند نہیں کرتے کہ انہیں ہاتھ لگایا جائے۔ رے کی ہیلر کو ان کی رائے کا احترام کرنا چاہیے۔ اس کا درست طریقہ یہ ہو سکتا ہے کہ ابتدا میں اجازت لے لی جائے پھر ''رے کی'' دینا شروع کیا جائے۔ اگر رے کی دینے کے دوران مریض بے آرامی محسوس کرے یا زیادہ دیر بیٹھنے یا لیٹنے سے تھک گیا ہو تو اس سے پوچھا جائے۔ دریافت کرنے کے بعد ''رے کی'' دینے کا سلسلہ کچھ دیر کیلئے یا آئندہ کسی وقت کیلئے موقوف کیا جا سکتا ہے۔

یہ تو تھا رے کی کی اخلاقیات کے حوالے سے چھونے کا جائزہ۔ اب آیئے! اس کے تکنیکی پہلو کی جانب...... میں نے دیکھا ہے کہ عموماً اس جانب رہنمائی نہیں کی جاتی۔ آپ کے ہاتھ صاف ہونے چاہئیں...... ناخن تراشے ہوئے ہوں۔ بہتر ہے رے کی دینے سے قبل ہاتھ دھو لیں...... لیکن اس بات کا خیال رکھنا ہے کہ موسم' کمرے کا درجہ حرارت یا کسی بھی وجہ سے آپ کے ہاتھ سرد نہ ہوں۔ اگر آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کے ہاتھ ٹھنڈے ہیں تو انہیں آپس میں رگڑ کر گرم کر لیں۔ آپ ایسا ایک سے زائد مرتبہ بھی کر سکتے ہیں۔ ہاتھ آپس میں رگڑ کر گرم کریں اور پھر رے کی دینا شروع کریں۔ اگر سرد ہاتھ رے کی دینے کیلئے کسی کے جسم پر رکھے جائیں گے تو وہ عارضی طور پر وہاں سے حرارت کو کم کریں گے عام طور پر رے کی وصول کرنے والے کے لیے ابتدائی سرد احساس اتنا بہتر نہیں ہوتا جتنا کہ نارمل یا کسی درجے حدت رکھنے والا ہاتھ...... تو کوشش ہو کہ ہاتھ سرد نہ ہوں۔ دیکھئے اگر کسی فرد کو حرارت ہے تب بھی ہم یہ نہیں چاہتے ہیں کہ ہاتھوں کے ذریعے کچھ ٹھنڈا اس بخار والے فرد کے جسم میں پہنچائیں۔ بلکہ ہم اسے صرف ''رے کی'' توانائی منتقل کرتے ہیں جو اس کے از خود صحت یابی کے عمل کو تیز کر کے مریض کو شفایاب کرتی ہے۔

''انتقال امراض'' کا ایک طریقہ ہمارے ہاں اور دیگر تہذیبوں میں بھی رائج ہے۔ یہ ایک تکنیکی اور محنت طلب کام ہے' نہ ہی ہر فرد یہ کر سکتا ہے۔ اس کیلئے خصوصی مہارت درکار ہے۔ طریقہ اس کا یہ ہوتا ہے کہ عامل مریض کا مرض سلب کرتا ہے اور اسے کسی بے جان شے یا پودے وغیرہ میں منتقل کر دیتا ہے۔

بات یہ ہو رہی تھی کہ چھو کر علاج کرنا قدیم زمانے سے رائج ہے۔ چھو کر علاج کرنے کی ایک اپنی ہی دلچسپ تاریخ ہے۔ مسلمانوں کے ہاں چھو کر دم کرنا' مختلف امراض کے علاج کے ضمن میں رائج رہا ہے۔ اس سے ہٹ کر بھی دیکھا جائے تو قریباً ہر تہذیب میں اور دنیا کے ہر حصے میں آپ کو یہ چیز نظر آئے گی۔ شفقت اور محبت کے احساس کے ساتھ چھونا' مصافحہ' معانقہ یہ چیزیں ہر تہذیب میں اور ہر جگہ نظر آتی ہیں۔ چھونے کا اور چھوئے جانے کا یہ احساس تہہ در تہہ کئی جذبات اور کئی معنی لیے ہوئے ہے۔ اسی میں سے ایک رے کی توانائی کی منتقلی بھی ہے۔ یہ جذبات اور ان کی منتقلی صرف انسانوں ہی تک محدود نہیں۔ جانوروں میں بھی یہ احساس پایا جاتا ہے آپ جب کسی پالتو جانور کو جذبہ محبت سے ہاتھ لگاتے ہیں تو وہ آپ کا یہ لمس محسوس کرتا ہے اور اپنی زبان بے زبانی سے اس کا اظہار بھی کرتا ہے...... یہاں تک کہ پودے بھی۔ بعض عملی تجربوں سے حاصل ہونے والے نتائج کے مطابق پودے بھی گھر کے افراد کو پہچانتے ہیں۔ گھر کے افراد کی آمد پر ان کے چھوئے جانے پر مسرت کا اظہار کرتے ہیں۔

کچھ افراد اس صلاحیت کے مالک ہوتے ہیں کہ وہ محض لمس سے یہ بتا دیتے ہیں کہ مقابل کے دل میں کیا ہے؟ مثلاً مصافحہ کرتے ہی انہیں اندازہ ہو جاتا ہے کہ مقابل کے جذبات کیسے ہیں۔ خلوص' محبت' نفرت' حسد' کینہ' بیزاری' سرد مہری' تکبر' عناد' مسرت یا کوئی اور جذبہ!...... وہ ہاتھ کے لمس سے ہی بہت کچھ جان لیتے ہیں۔ کوئی اور فرد بھی مشق سے یہ صلاحیت حاصل کر سکتا ہے۔ البتہ ''رے کی ہیلر'' میں کسی درجے پر یہ صلاحیت از خود بیدار ہو جاتی ہے۔

بنت صدیق، سرگودھا

ہماری صحت احادیث کی روشنی میں

اللہ تعالیٰ اس دستر خوان کو پسند فرماتا ہے جس کے اردگرد کھانے والے زیادہ ہوں۔☆ گرم کھانے میں برکت کم ہوتی ہے اس کے برعکس ٹھنڈے کھانے میں برکت زیادہ ہوتی ہے۔☆ تمہاری غذا میں بہترین غذا روٹی اور پھلوں میں بہترین پھل انگور ہے۔

وہ احادیث مبارکہ جو طب اور جسمانی امراض کی شفاء اور کھانے پینے سے متعلق ہیں افادہ عام کیلئے قارئین کی نذر کی جاتی ہیں تاکہ ان پر عمل کر کے اپنی صحت کا خیال رکھا جاسکے۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

☆ جن لوگوں کے جسم پر پیدائشی آبلے کا کوئی نشان ہو تو ان کی عمر طویل ہوگی۔

☆ ہر بیماری کی جڑ سر کا درد ہے۔

☆ اللہ تعالیٰ نے سوائے موت کے کسی بھی مرض کو بغیر علاج کے پیدا نہیں کیا۔

☆ جب تک بھوک نہ لگے کھانا مت کھاؤ اور اسی طرح جب کچھ بھوک باقی ہو تو کھانے سے ہاتھ کھینچ لو۔

☆ انسان کا معدہ تمام بیماریوں کا مرکز ہے۔

☆ ہر علاج کا بنیادی اصول درد اور بیماری کی جگہ کو گرم رکھنا ہے۔

☆ اللہ تعالیٰ اس دستر خوان کو پسند فرماتا ہے جس کے اردگرد کھانے والے زیادہ ہوں۔

☆ گرم کھانے میں برکت کم ہوتی ہے اس کے برعکس ٹھنڈے کھانے میں برکت زیادہ ہوتی ہے۔

☆ کھانا کھاتے وقت جوتے اتار دیا کرو کیونکہ یہ بہترین طریقہ ہے اس سے پیروں کو سکون ملتا ہے۔

☆ جو لوگ اپنے نوکروں کے ساتھ کھانا کھاتے ہیں جنت ایسے لوگوں کی مشتاق ہے۔

☆ بازار یا مجمع عام میں کھانا ایک قسم کی ذلت ہے۔

☆ برکت کھانے کے درمیان رکھی گئی ہے اس لیے کھانے کے دوران کھانے سے ہاتھ مت کھینچو۔

☆ کھانے کے بعد اپنے دانتوں کا خلال کرو کیونکہ خلال کرنا ایک قسم کی پاکیزگی ہے اور پاکیزگی ایمان کا جزو ہے اور ایمان مومن کے ساتھ جنت میں ہوگا۔

☆ ایک ہی دستر خوان پر مختلف غذائیں کھانے سے اجتناب کرو کیونکہ اس طرح غذا با برکت نہیں ہوتی۔

☆ جو شخص بھوکا ہوتے ہوئے اپنی عزت نفس کی خاطر اپنی بھوک کو دوسروں سے چھپائے تو اللہ پاک اس کے لیے ایک سال کا حلال رزق مقرر فرمادیتے ہیں۔

☆ جو کوئی اللہ اور آخرت پر ایمان رکھتا ہے اسے چاہیے کہ اپنے مہمانوں کی عزت کرے۔

☆ جو کم کھاتا ہے روز قیامت اس کا حساب بھی ہلکا ہوگا۔

☆ پینے والی چیزوں کو کھڑے ہو کر پینے سے اجتناب کرے۔

☆ صبح کو جلدی بیدار ہو جاؤ تا کہ آسمانوں کی برکت پالو۔

☆ تمہاری غذا میں بہترین غذا روٹی اور پھلوں میں بہترین پھل انگور ہے۔

☆ روٹی کو چھری سے مت کاٹو جس طرح اللہ نے اسے محترم قرار دیا ہے تم بھی اسی طرح اس کا احترام کرو۔

☆ جو لوگ کھانے سے پہلے تھوڑا سا نمک چکھ لیتے ہیں وہ لوگ تیس قسم کی بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔

☆ اپنے کھانے کا آغاز نمک سے کرو۔

☆ پیاس کی حالت میں پانی کو گھونٹ گھونٹ کر کے پیو ایک دم سے ہرگز نہ پیو۔

☆ جن لوگوں کو زیادہ کھانے اور پینے کی عادت ہوتی ہے وہ سنگدل ہوتے ہیں جس حد تک ہوسکے بھیڑ کا گوشت استعمال کرو۔

☆ جو شخص صرف پھل کھائے تو وہ کوئی نقصان نہیں اٹھائے گا۔

☆ درج ذیل چیزوں سے نسیان کی بیماری ہوتی ہے۔ پنیر کھانا، چوہے کا جوٹھا کھانا، کھٹا سیب کھانا، دو عورتوں کے درمیان سے گزرنا، جس کو پھانسی دی گئی ہو اس کے جسم کو دیکھنا، قبروں کی تختیاں پڑھنا۔

☆ شہد بہترین غذا ہے یہ دل کو تروتازگی عطا کرتی ہے اور حافظے کو قوی کرتی ہے۔

حمل کے بعد عورت کو پہلی غذا کھجور دیں اللہ نے کھجور اور انار کو آدم علیہ السلام کی مٹی سے پیدا کیا ہے۔

کھجور کو ناشتے میں کھالو تا کہ تمہارے اندرونی جراثیم کا خاتمہ ہوجائے۔ انجیر کو لنج کے مرض کی دوا ہے نئے پھلوں میں بہت فوائد ہوتے ہیں۔ نئے پھل کھانے سے جسم تندرست ہوجاتا ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ حلوہ اور شہد سے محبت رکھتے تھے۔

آنکھوں کے امراض کا بہترین لوشن

جملہ امراض چشم، آنکھ دکھنا، آشوب چشم، درد چشم، خارش چشم اور سرخی چشم کے ساتھ ساتھ مقوی چشم بھی ہے نظر کو تیز کرتا ہے۔ کم خرچ بالانشین۔ نسخہ ہر گھر میں تیار۔

اجزاء: قلمی شورہ 3 گرام، افیون ایک گرام، پھٹکری سفید بریاں تین گرام، کافور کچی تین گرام، ست پودینہ 2 گرام، عرق گلاب 125 گرام (ملی لیٹر) میں تمام ادویہ ڈال کر رکھ دیں۔ 24 گھنٹے کے بعد تمام ادویہ عرق گلاب میں حل ہوجائیں تو فلٹر کر کے یا کپڑے میں سے چھان کر شیشی میں مضبوط ڈھکنے سے بند کر دیں اگر شیشی کا ڈھکن ڈھیلا ہوگا تو اس سے کافور اور ست پودینہ اڑ جائے گا جس سے اس کی افادیت میں کمی واقع ہوجائے گی۔

(حکیم حاجی مہتاب حسین دہلوی، نوشہرہ کینٹ)

بیوٹی ٹپس

چہرے کے دانوں کیلئے

دہی میں برابر مقدار میں بیسن شامل کر کے پیسٹ بنالیں اور اسے چہرے پر لگالیں۔ دس پندرہ منٹ بعد دھولیں۔ کچھ دن کے استعمال سے دانے ختم ہوجائیں گے اور چہرہ شاداب ہوجائیگا۔

چہرے کی جھریاں ختم کرنے کیلئے

2 چائے کے چمچ لیموں کا رس، 2 چائے کے چمچ میدہ اور ایک چائے کا چمچ دودھ ڈال کر لیپ بنالیں، آدھا گھنٹہ چہرہ پر لگا کر نیم گرم پانی سے دھولیں، اس سے جھریاں پڑنے کا عمل کنٹرول ہوجائیگا۔

جن کی جلد آئلی ہو

دہی میں انڈے کی سفیدی، لیموں کا رس اور شہد ایک چمچ ڈال کر چہرے پر لگائیں اس سے چکناہٹ ختم ہوجائے گی۔

☆ لیموں کے رس میں عرق گلاب برابر ڈال کر لگانے سے چہرہ خوبصورت ہوتا ہے۔ **(فرحت، لاہور)**

بے اولاد حضرات کیلئے درود خاص

ع،م چوہدری

اگر کسی کے گھر اولاد نہ ہوتی ہو تو اسے چاہیے کہ ہر نماز جمعۃ المبارک کے بعد مسجد میں بیٹھ کر ایک سو گیارہ مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔ بعد ازاں اپنا سر سجدے میں رکھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور نیک اولاد کیلئے دعا مانگے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مراد ضرور پوری ہوگی

شدید بیماری میں

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرمؐ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے بیمار کی صحت یابی کے لئے دعا کرے تو اللہ بحرمت رسول اکرمؐ دعا قبول فرمائے گا۔

اگر کوئی اس درود پاک کا ورد ہر نماز کے بعد رکھے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا۔ اگر کسی حاکم یا کسی افسر کے پاس جائے گا تو وہ عزت کرے گا۔ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی حَبِیْبِکَ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی آلِہٖ وَسَلِّمْ. (گلدستہ درود شریف ص

ہر قسم کی مشکلات کیلئے اکسیر اعظم

(164

یہ درود شریف خیر و برکت کے لئے بہت اکسیر ہے۔ لہٰذا جو شخص چاہے کہ اس کے گھر بار، کاروبار اور مال و دولت میں خیر و برکت ہو اور اولاد پر اللہ کی رحمت ہو تو اسے چاہئے کہ بعد نماز فجر روزانہ اس درود پاک کو گیارہ مرتبہ پڑھے۔

☆ جو شخص سوتے وقت 100 مرتبہ یہ درود شریف پڑھے اللہ تعالیٰ اس کے مال و جان کو ہمیشہ حفاظت میں رکھے گا اور جو ادائے قرض کی نیت سے گیارہ دن تک روزانہ بعد نماز عشاء 313 مرتبہ پڑھے بہت جلد قرضے سے انشاء اللہ نجات پائیگا۔ ☆ اگر کوئی شخص کسی ذہنی پریشانی میں مبتلا ہو تو اسے چاہئے کہ سات دن تک بعد نماز عشاء اسے 111 مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ ذہنی پریشانی فوراً ختم ہو جائیگی۔ ☆ اگر کوئی شخص اس درود پاک کو 100 مرتبہ پڑھ کر کسی کام کے لئے کسی حاکم کے پاس جائے گا تو وہ مہربان ہو جائے گا۔ یہ درود شریف حل مشکلات، دفع رنج و الم اور دفع مرض کے لئے بہت موثر ہے۔ 92 یا 121 یا 313 مرتبہ تین ہفتہ یا چالیس روز تک وقت معینہ میں پڑھے۔ درود پاک یہ ہے۔ اَللّٰھُمَّ اجْعَلْ صَلَوَاتِکَ وَبَرَکَاتِکَ وَرَحْمَتَکَ عَلٰی سَیِّدِالْمُرْسَلِیْنَ وَاِمَامِ الْمُتَّقِیْنَ وَخَاتَمِ النَّبِیِّیْنَ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَرَسُوْلِکَ اِمَامِ الْخَیْرِ وَقَائِدِ

درود سعادت

الْخَیْرِ وَرَسُوْلِ الرَّحْمَۃِ. (خزینہ درود شریف ص 254)

اس درود شریف کا کمال یہ ہے کہ اس کے پڑھنے والے کو دین و دنیا میں سعادت و سرفرازی حاصل ہو جاتی ہے۔ علامہ سید احمد دحلان رحمۃ اللہ علیہ نے اس کے بارے میں فرمایا ہے: ''جو شخص خلوص دل سے یہ درود پاک ایک بار پڑھے گا تو اس کے بدلے میں اسے چھ لاکھ درود کا ثواب ملے گا اور جو شخص جمعہ کے روز یہ درود ہزار بار پڑھے گا تو اس کا شمار دونوں جہان کے سعادت مند بندوں میں ہوگا اور اس کا نام ہمیشہ دین و دنیا میں زندہ رہے گا۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَدَدَمَافِیْ عِلْمِ اللّٰہِ

درود مستجاب الدعوات

صَلٰوۃً دَآئِمَۃً بِدَوَامِ مُلْکِ اللّٰہِ ط

یہ درود پاک اللہ تعالیٰ کا رحم و کرم حاصل کرنے کا بہت بڑا ذریعہ ہے۔ جو بندہ اس درود پاک کو ایک سو مرتبہ بعد نماز فجر اور ایک سو مرتبہ بعد نماز عشاء پڑھے گا وہ زندگی بھر معزز و مکرم اور خوش حال رہے گا۔ تنگ دستی اور مفلسی سے بچا رہے گا۔

جو شخص بھی رزق حلال کھا کر نوے (90) دن تک روزانہ گیارہ سو مرتبہ سوتے وقت اس درود پاک کو پڑھے گا تو انشاء اللہ زیارت رسول مقبول ﷺ سے مشرف ہوگا۔

درود انعام واولاد

صَلَّی اللّٰہُ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الْکَرِیْمِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَسَلَّمْ

اگر کسی کے گھر اولاد نہ ہوتی ہو تو اسے چاہیے کہ ہر نماز جمعۃ المبارک کے بعد مسجد میں بیٹھ کر ایک سو گیارہ مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔ بعد ازاں اپنا سر سجدے میں رکھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور نیک اولاد کیلئے دعا مانگے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مراد ضرور پوری ہوگی۔ درود پاک یہ ہے:۔

درود خضریٰ

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِہٖ عَدَدَ اَنْعَامِ اللّٰہِ وَاَفْضَالِہٖ ط

یہ درود شریف اولیائے کرام کے معمول میں سے ہے۔ اولیائے کرام اپنے مریدین و معتقدین کو اسی درود پاک کی تلقین فرماتے ہیں۔

اس درود پاک کی برکت سے دل کو سکون حاصل ہوتا ہے دین

موٹاپا، کمر کا درد اور دہلی کے پروفیسر کا انکشاف

میں اپنے گھر کے اوپر کے حصے میں بیٹھا مریض دیکھ رہا تھا کہ ایک صاحب کہنے لگے کہ مریض دیکھنا ہے لیکن مریض سیڑھیاں بالکل نہیں چڑھ سکتا جب میں نیچے گیا تو دیکھا کہ گاڑی کی پچھلی سیٹ پر ایک شخص کو لٹایا ہوا ہے وہ بار بار ہائے ہائے کر رہا تھا کہنے لگے کہ یہ مریض پانچ سالوں سے کمر کے درد کا مریض ہے ڈاکٹر بتاتے ہیں کہ مہرے اپنی جگہ سے اپ سیٹ ہو گئے ہیں، دوبار آپریشن بھی کرایا لیکن افاقہ نہ ہوا اب تو صورتحال یہ ہے کہ کروٹ بدلنے سے بھی عاجز ہیں کچھ اس طرح سے بیماری نے آگھیرا ہے۔ جب میں نے مریض کی کمر چیک کی تو کمر پر پلستر چڑھا ہوا تھا اور مریض بالکل کمزور ہو گیا تھا۔ میں نے انہیں تسلی دی اور یہی دوائی دی کچھ عرصہ بعد مریض کا ٹیلی فون آیا کہ اب کچھ کروٹ بدلنے لگا ہوں اور سر بھی اٹھا لیتا ہوں۔ آہستہ آہستہ تندرست ہوتا گیا اور کچھ ماہ کے بعد خود بخود چل کر میرے پاس ملاقات کے لئے آیا۔

ایک خاتون کہنے لگی جب سو کر اٹھتی ہوں تو کمر ساتھ نہیں دیتی اور یہی روگ مجھے بہت عرصے سے لگا ہوا ہے۔ ادویات لیتی ہوں تو افاقہ ہو جاتا ہے لیکن جب دواؤں کا اثر ختم ہوتا ہے پھر وہی درد۔ اب تو دواؤں کا اثر بھی جسم میں کم ہو رہا ہے۔ کسی نے مشورہ دیا کہ ایک خاص رگ (ٹانگ میں ہوتی ہے) اس کو کٹوالو اور اس سے خون نکلوالو۔ وہ بھی میں نے کیا لیکن افاقہ نہ ہوا اور خون بھی بہت سا ضائع ہوا میں نے اس خاتون کو یہی نسخہ استعمال کے لئے دیا۔ اللہ تعالیٰ کے فضل سے مریضہ آہستہ آہستہ تندرست ہونے لگی اور آخر کار بالکل تندرست ہو گئی۔

ھوالشافی: بکھرا، اسگندنا گوری، سونٹھ تینوں ہم وزن کوٹ پیس کر سفوف تیار کریں۔ اگر مرض زیادہ ہو تو دن میں تین بار استعمال کریں کم از کم ایک ماہ اور اس سے زیادہ عرصہ بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ **(اقتباس 'عبقری فائل 1)**

اگر آپ ایسے مزید لاجواب نسخہ جات اور گھر بیٹھے تمام آسان علاج چاہتے ہیں تو ''عبقری کی گزشتہ فائلوں'' کا مطالعہ کریں۔

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

آخرت سے غفلت' بڑی حماقت

ہارون رشید بہلول مجذوب کی حکیمانہ نصیحت سن کر بلک بلک کر رونے لگا اور کہا ''بہلول واقعی ہم ساری زندگی آپ کو دیوانہ سمجھتے رہے مگر واقعی ہارون رشید سے زیادہ کون احمق ہوگا جو اتنے اہم سفر کی تیاری سے غافل رہا۔''

شاہ بہلول کے مجذوبانہ حال کی وجہ سے بادشاہ ہارون رشید ان سے دلی عقیدت مندی کے باوجود دل لگی کرلیتا تھا مگر بادشاہ کے دل میں شاہ بہلول کا بڑا احترام تھا۔ انہوں نے اپنے درباریوں کو حکم جاری کیا تھا کہ شاہ بہلول کسی بھی وقت آئیں ان کو روکا نہ جائے بلکہ میرے پاس بلالیا جائے' ایک روز ہارون رشید دربار میں بیٹھا تھا کہ شاہ بہلول آگئے۔ بادشاہ کو حسب معمول مزاح کی سوجی۔ اس کے ہاتھ میں ایک خوبصورت چھڑی تھی اس نے وہ شاہ بہلول کو دی اور کہا کہ اگر آپ کو اپنے سے زیادہ کوئی بے وقوف آدمی مل جائے تو یہ چھڑی آپ اس کو دے دیں۔ شاہ بہلول نے وہ چھڑی بڑے شوق سے قبول کی اور چل دیئے۔ تین سال کے بعد ہارون رشید بیمار ہوا اور بستر مرگ پر پہنچ گیا۔ شاہ بہلول عیادت کے لیے تشریف لائے' مزاج پرسی کی ہارون رشید کو اندازہ ہوگیا تھا کہ وقت قریب ہے اس نے کہا کہ مزاج کیا پوچھتے ہو' سفر کی تیاری ہے۔

شاہ بہلول نے سوال کیا: کہاں کا سفر درپیش ہے؟ ہارون رشید نے جواب دیا کہ آخرت کا۔ شاہ بہلول نے پھر سوال کیا کہ کتنے روز کا سفر ہے؟ ہارون رشید نے جواب دیا آپ بھی دیوانے ہی رہے' بھلا آخرت کے سفر سے بھی کوئی جاکر واپس آتا ہے' شاہ بہلول نے پھر سوال کیا؟ کتنا لشکر' سامان اور خدمت گزار آگے روانہ کیے؟ بادشاہ نے جواب دیا آپ کیسی احمقانہ بات کرتے ہیں وہاں کے سفر میں کون لاؤلشکر' سامان اور خدمت گزار بھیج سکتا ہے؟ شاہ بہلول نے اپنی عباء کے اندر سے وہ چھڑی نکالی جو تین سال قبل ہارون رشید نے انہیں دی تھی اور یہ کہہ کر بادشاہ کو واپس کی کہ آپ کے حکم کی تعمیل میں تین سال سے میں کسی ایسے شخص کی تلاش کررہا تھا جو مجھ سے زیادہ احمق اور بے وقوف ہو' مجھے اپنے سے زیادہ آپ کے علاوہ احمق اور بے وقوف آج تک نہیں ملا۔ اس لیے کہ آپ چند دن کے سفر پر جاتے ہیں تو جانے سے پہلے کتنا سامان سفر' لشکر اور کتنے خدمت گزار آگے روانہ کرتے ہیں اور آخرت کا اتنا اہم اور طویل بلکہ ہمیشہ کا سفر درپیش تھا آپ نے وہاں کیلئے کچھ بھی انتظام نہیں کیا' لہٰذا مجھ سے زیادہ احمق اور بے وقوف آپ آج مجھ سے ملے ہیں۔ میں نے یہ چھڑی آج تک محفوظ رکھی تھی اور آپ کے حکم کی تعمیل میں یہ میں آپ کو دیتا ہوں۔ یہ کہہ کر چھڑی بادشاہ کے حوالہ کی اور چل دیئے۔ ہارون رشید بہلول مجذوب کی حکیمانہ نصیحت سن کر بلک بلک کر رونے لگا اور کہا ''بہلول واقعی ہم ساری زندگی آپ کو دیوانہ سمجھتے رہے مگر واقعی ہارون رشید سے زیادہ کون احمق ہوگا جو اتنے اہم سفر کی تیاری سے غافل رہا۔''

حقیقت یہ ہے کہ انسان کی اس سے زیادہ بے وقوفی اور حماقت کیا ہوگی کہ اتنے اہم اور حقیقی سفر کی تیاری سے غافل رہے جبکہ ایک لمحہ اور ایک سانس کیلئے اس کا اطمینان نہیں کہ یہ سفر نہ جانے کس لمحے درپیش ہوجائے' کون بڑے سے بڑا شہنشاہ اور حکیم اس بات کی ضمانت لے سکتا ہے کہ انسان کا جو سانس اندر آگیا اس کے باہر نکلنے تک موت اس کو مہلت دے گی اور جو سانس باہر نکل گیا اس کے اندر آنے تک اس کی زندگی اس سے وفا کریگی۔ پھر اس دھوکے کی زندگی پر بھروسہ کرکے آخرت کے حقیقی گھر کو بھول جانا کیسا دیوانہ پن ہے۔ پیارے نبی ﷺ نے کیسی سچی اور پیاری بات فرمائی ہے۔ ''عقل مند انسان وہ ہے جو نفس کو قابو میں رکھے اور مرنے کے بعد کی تیاری کرے۔'' (ترمذی)

اپنے ہاتھوں نہ جانے کتنے انسانوں کو ہم دفن کرتے ہیں اپنی ان ہی آنکھوں کے سامنے کتنے عزیزوں' رشتہ داروں' دوستوں و رفقاء کو اس دنیا سے خالی ہاتھ جاتا دیکھتے ہیں مگر پھر بھی اس حقیقی گھر آخرت کی تیاری سے غافل رہ کر اس دنیا کے رنگ و بو میں قیامت تک اس دنیا میں رہنے کی امیدوں کے ساتھ مست رہتے ہیں اور اپنی عقل مندی اور دانائی پر فخر کرتے ہیں۔ امام حسن بصری رحمۃ اللہ علیہ نے کیسی پیاری بات کہی کہ اگر کوئی آدمی یہ نذر مان لے کہ وہ دنیا کے عقل مند ترین لوگوں کی دعوت کریگا تو اسے زاہد فی الدنیا لوگوں کی دعوت کرکے یہ نذر پوری کرنی پڑیگی اس لیے کہ زاہدین ہی دنیا کے عقلمند ترین لوگ ہیں جو آخرت کی فکر میں دنیا کو نظر انداز کرتے ہیں۔

(بقیہ: خواب سے علاج)

ہے مجھے علم تو ہو لیکن میں نے کسی کو نہ بتایا چند ہفتوں کے بعد بالکل تندرست ہوگئی تو پھر میں نے کئی لوگوں کو یہ عمل بتایا کہ میں اس علاج سے تندرست ہوئی ہوں اور یہ علاج روحانی اور خدائی علاج ہے پھر جس کو بتایا اور اس نے کیا کیونکہ اکثر لوگ کرتے نہیں وہ کہتے ہیں کوئی پھونک ماردیں تعویذ دیں یا پھر خود کچھ کردیں ہم کچھ کرنے کیلئے تیار نہیں ہاں جس جس نے بھی کیا اسی نے کمال کا فائدہ پایا اور خوب فائدہ ہوا کینسر سے خود میری معلومات میں 19 مریض بالکل تندرست ہوئے۔ لاعلاج بیماریوں کے مریض دربدر ٹھوکریں کھانے والے بھی ایسے تندرست ہوئے میں حیران اور صحت یاب ہونے والے حیران۔ قارئین! یہ بے قرار کہانی صحت مند مریضہ کی زبانی آپ تک پہنچا رہا ہوں۔ واقعی جس کو بھی یہ عمل دیا اسی نے فائدہ پایا اور خوب فائدہ ہوا۔ آیئے قارئین! وہ روحانی آزمودہ اور لاکھوں روگ' بیماریوں اور مشکلات سے نکالنے والا عمل آپ کی خدمت میں پیش ہے۔ ہاں اتنی بات ضرور کروں گا کہ روحانی یا طبی راز میں اپنے دل میں نہیں رکھتا بلکہ اپنی قبر میں ساتھ نہیں لے جانا چاہتا وہ راز آپ کیوں چھپا رہے ہیں اظہار کریں لکھیں اور آج ہی ارسال کریں منتظر رہوں گا۔ **وہ روحانی عمل یہ ہے:۔** عشاء کی نماز کے بعد سنتوں اور دو نفل کے بعد پھر دو نفل حاجت کی نیت سے پڑھ کر 3 وتر پڑھنے سے پہلے 21 مرتبہ درود شریف' 7 مرتبہ سورۂ قریش مع تسمیہ' 7 مرتبہ سورۂ ناس مع تسمیہ' ایک مرتبہ سورۂ مزمل' 3 مرتبہ سورۂ بقرہ کا آخری رکوع پھر 5 مرتبہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کرکے پئیں پھر بقیہ نماز پڑھیں اور بستر پر چلے جائیں۔ دائیں کروٹ لیٹیں کان کے نیچے دایاں ہاتھ کر پہلے کلمے کا ورد 5 سے 15 منٹ تک کریں پھر اٹھ کر اپنے معمول کا کام کریں یا لیٹ جائیں یہ اپنی بیماری کیلئے کرسکتے ہیں' اور کسی دوسرے کیلئے بھی کرسکتے ہیں اجازت ہے۔ کچھ ہفتے باقاعدگی سے کریں۔ شرط یہ ہے کہ نماز کی پابندی کریں اور ہر نماز کے بعد 25 مرتبہ استغفار اور 21 مرتبہ درود شریف ضرور پڑھیں۔

(بقیہ: روحانی کیفیت)

(اور آپ پر بارش تو ہم اپنی رحمت برساتے ہیں) یہ وہ الفاظ ہیں جو میں نے سنے اور پڑھے مگر اصل میں قرآن کی آیت کا ترجمہ کچھ اس طرح ہے ترجمہ: ''اسی کی ذات پاک ہے جو نا امیدی کے بعد بارش برساتا ہے اور اپنی رحمت پھیلاتا ہے'' مگر جو میں نے سنا اور پڑھا وہ یہ ہے ''اور آپ پر بارش جو ہم اپنی رحمت برساتے ہیں۔'' نوٹ: حقیقت میں جب آنکھ کھلی تو اسی طرح ہلکی ہلکی بارش ہورہی تھی اور تہجد کا ٹائم تھا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

مسائل حل ہونے کا ایک واقعہ بتاتی ہوں ماہنامہ عبقری ہمارے گھر میں آنے سے پہلے ہمارے گھر میں چھوٹی چھوٹی بات پر لڑائی جھگڑا رہتا تھا اور آپس میں رنجشیں ہوتی تھیں میں ثواب کی نیت سے ماہانہ روحانی محفل کرنے لگی لیکن حیرت انگیز طور پر ہمارے گھر میں سکون ہوتا گیا چھوٹی چھوٹی تلخیاں ختم ہونے لگیں میں اور زیادہ شوق اور توجہ سے روحانی محفل کرنے لگی الحمدللہ تب سے اب تک میں پوری پابندی سے ہر ماہ ماہانہ روحانی محفل کرتی ہوں۔ اس کا نا صرف میری ذات کو فائدہ ہوا ہے بلکہ ہمارے گھر میں بھی چین اور سکون آگیا ہے۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ' کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

57

ماہنامہ عبقری لاہور

مارچ 2011ء بمطابق ربیع الثانی 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا شیڈول

سکھر: 4 اور 5 مارچ 2011 رابطہ نمبر: 0323-7007438

راولپنڈی / اسلام آباد: 9 اور 10 اپریل 2011ء
رابطہ نمبر: 0334-9577433 051-5539815

ملتان: 16 اور 17 اپریل 2011ء
رابطہ نمبر: 0322-7301239-061-4514929

گلگت: 25 جون 2011ء۔ رابطہ نمبر: 0323-7007438

- معاشی تنگی کا خاص الخاص درود شریف
- گھر کی تبدیلی کا بچے کی شخصیت پر اثر
- یتیم کی غیبی مدد کا سچا واقعہ
- سردی گئی، احتیاط کی طرف آئیں
- یَاعَزِیْزُ کے حیرت انگیز اثرات
- مٹی سے آپ کے حسن میں نکھار
- گھریلو ایمرجنسی میں پریشان نہ ہوں
- گوبھی سے نظریں نہ چرائیں
- بارش کے پانی سے فرسٹ پوزیشن لیں
- بڑھاپے اور جھریوں سے بچاؤ ممکن ہے
- جنسی معاملات میں نوجوانوں کیساتھ رویہ
- گھریلو خواتین تھکاوٹ سے کیسے بچیں؟

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ۝ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ۝ القرآن

بیاد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر **9** جلد نمبر **5** مارچ 2011ء بمطابق ربیع الثانی 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

مارچ 2011ء

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے — اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

مجبوراً جوہر شفاء مدینہ کی قیمت بڑھانا پڑی

10 سال سے استعمال کرنے والے قارئین جانتے ہیں باوجود مہنگائی کے اس کی قیمت نہیں بڑھائی۔ شفائے مدینہ کا نسخہ رسالے میں موجود ہے۔ آپ بازار سے دس سال پہلے کے ریٹ اور موجودہ ریٹ کا موازنہ کریں۔ بڑی الائچی 140 روپے کلو تھی اب 2800 روپے کلو ہے۔ چھوٹی الائچی جو 270 روپے کلو تھی موجودہ ریٹ 3600 روپے ہے۔ یہ صرف دو دوائیوں کا موازنہ ہے آپ نسخہ لے کر بازار چلے جائیں اور تصدیق کریں۔ مجبوراً ایسا کرنا پڑا۔ امید ہے اپنا تعاون جاری رکھیں گے۔ موجودہ قیمت 150 روپے ہے۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 0322-4688313-042-37552384 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

نقشہ مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے 042-37597605

فہرست مضامین

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: **RP/6237/L/S/10/1534**

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر پہنچیں بلٹی کرائیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

خط و کتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

Website:www.ubqari.org E-mail:contact@ubqari.org 0322-4688313 042-37552384

محمد طارق محمود نے ... سے چھپوا کر دفتر ماہنامہ عبقری مزنگ چونگی لاہور سے شائع کیا

سورۂ انعام اور چالیس ہزار فرشتے

حضرت سیدنا عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں ''جس نے صبح کی نماز میں سورۂ انعام کی ابتدائی تین آیات ''یَعْلَمُ مَاتَکْسِبُوْنَ'' تک تلاوت کی۔ چالیس ہزار فرشتے اس کی طرف نازل ہوں گے جن کے اعمال کی مثل اس کے نامۂ اعمال میں اجر لکھا جائے گا اور سات آسمانوں کے اوپر سے ایک فرشتہ نیچے آئے گا جس کے پاس لوہے کا گرز ہوگا پس اگر شیطان اس کے دل میں کوئی وسوسہ ڈالنا چاہے گا تو وہ فرشتہ اس شیطان کو ایک ضرب لگائے گا جس سے اس شخص اور شیطان کے درمیان ستر حجاب حائل ہو جائیں گے پھر جب قیامت کا دن ہوگا تو اللہ تعالیٰ اس سے فرمائیں گے ''اے میرے بندے میں تیرا رب ہوں میرے عرش کے سائے میں چل، حوض کوثر سے سیراب ہو، نہر سلسبیل سے غسل کر اور جنت میں بغیر کسی حساب وعذاب کے داخل ہو جا۔ (درمنثور)

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ میں دس آدمیوں کی ایک جماعت کے ساتھ حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا۔ انصار میں سے ایک صاحب نے کھڑے ہو کر عرض کیا: اللہ کے نبی ﷺ! لوگوں میں سب سے زیادہ سمجھدار اور محتاط آدمی کون ہے؟ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص سب سے زیادہ موت کو یاد کرنے والا ہو اور موت کے آنے سے پہلے سب سے زیادہ موت کی تیاری کرنے والا ہو (جو لوگ ایسا کریں وہی سمجھدار ہیں)۔ یہی لوگ ہیں جنہوں نے دنیا کی شرافت اور آخرت کی عزت حاصل کی۔ (طبرانی، مجمع الزوائد)

حضرت محمود بن لبید رضی اللہ عنہٗ نبی کریم ﷺ کا ارشاد نقل فرماتے ہیں کہ دو چیزیں ایسی ہیں جن کو آدمی پسند نہیں کرتا۔ (پہلی چیز) موت ہے حالانکہ موت اس کیلئے فتنہ سے بہتر ہے یعنی مرنے کی وجہ سے آدمی دین کو نقصان پہنچانے والے فتنوں سے محفوظ ہو جاتا ہے اور (دوسری چیز) مال کا کم ہونا جس کو آدمی پسند نہیں کرتا حالانکہ مال کی کمی آخرت کے حساب کو بہت کم کرنے والی ہے۔ (مسند احمد)

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

بیٹوں نے گولی ماردی

ایڈیٹر کے قلم سے

مکافات عمل کا نظام اس دنیا میں ہر شخص کیلئے ہر دور میں چلا ہے اور چلتا رہتا ہے ابھی پچھلے دنوں ایک شخص جو کہ کسٹم کلیئرنس کا کام کرتے ہیں فرمانے لگے کہ آپ کو دو بچوں کو دکھانا ہے۔ دونوں بچے بہرے پیدا ہوئے ہیں۔ وہ خوبصورت بچے میرے سامنے بیٹھے تھے لیکن کانوں سے بہرے اور زبان سے گونگے تھے۔ وہ آبدیدہ ہو گئے کہنے لگے دنیا کا کوئی ڈاکٹر، علاج اور ٹیسٹ نہیں چھوڑا، بچے ٹھیک نہیں ہوئے۔ آخر تھک ہار کر میں مجبور بیٹھ گیا تھا کہ علاج کی توقع ہی چھوڑ دی تھی مگر جب کسی نے آپ کا بتایا تو آپ کے پاس آیا ہوں۔

جب میں نے مرض کی تشخیص کی، اس کیلئے دوائی تجویز کی تو ان سے سوال کیا کہ کبھی آپ کی سوچ یا ایمان میں یہ بات آئی ہے کہ بچوں کے اس مرض کے پس پشت کوئی خدائی پکڑ یا قدرت کا انتقام ہے۔ میری بات سنتے ہی وہ یکا یک چونک اٹھے اور کہنے لگے کہ ہمارے خاندان میں ایک صالح بوڑھی عورت ہے۔ بچوں کی بیماری کو دیکھ کر ایک دفعہ کہنے لگی کہ آپ کا رزق ٹھیک نہیں۔ رزق کی خرابی کے اثرات اولاد پر پڑتے ہیں۔ بطور سزا اللہ تعالیٰ نے بچوں کا دکھ آپ کے گھر والوں پر مسلط کر دیا ہے۔ میں نے ان سے عرض کیا بس یہی بات میرے دل میں تھی اور یہی لفظ آپ سے بیان کرنا چاہتا تھا کیونکہ آپ کا شعبہ کسٹم کلیئرنس کا ہے اور اس میں دن رات صرف دو چیزیں چلتی ہیں۔ ایک جھوٹ دوسرا رشوت اور اس کے اثرات جہاں اپنی زندگی پر پڑتے ہیں وہاں نسلوں تک اثرات چلے جاتے ہیں۔

میرے قریبی دوست اپنے علاقے کے بڑے زمیندار تھے۔ مزاج میں غرور اور تکبر بہت زیادہ ہے۔ شادی کے پہلے دن سے ہی بیوی کی تھوڑی سی غلطی مزاج پر بار گراں گزری، بیوی سے بول چال چھوڑ دی۔ پہلا بچہ گونگا پیدا ہوا اور یکے بعد دیگرے تمام اولاد گونگی پیدا ہوئی۔ پہلی اولاد کے بعد کسی سمجھدار معالج نے احساس دلایا تھا کہ وقتاً فوقتاً بیوی سے سختی ہوتی ہے اس کا ازالہ کرو ورنہ یہ خدائی پکڑ تیرے لیے خطرناک ہو سکتی ہے لیکن انہیں سمجھ ہی نہ آئی اور نتیجہ یہ ہوا کہ انہیں اب تک انہی حالات سے مسلسل سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ غور کریں کہ کرے کون اور سزا کون اٹھائے؟۔

ایک بڑے حکمران کو ان کے بیٹوں نے گولی ماری، پھر ٹرالی پر اٹھا کر چند نوکروں نے جنازہ پڑھا دیا، بیٹے جنازہ پڑھانے کے حق میں نہیں تھے مگر لوگوں کے کہنے پر چند نوکروں نے جنازہ پڑھایا۔ بقول قریبی آدمی کے میت یا تو قبر میں ڈال دی یا قریبی دریائے سندھ تھا اس میں ڈال دی گئی تاکہ مقدمہ نہ بنے وجہ اس کی یہ تھی کہ موصوف خود بہت ظالم تھے اور کسی انسان کو قتل کرانا مکھی مارنے سے زیادہ آسان تھا اور بڑے فخر سے قتل کرتے تھے۔ خدائی پکڑ آخر خدائی پکڑ ہوتی ہے۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ایک صاحب کو ایک نیک جن نے یہ بات بتائی (شیاطین بھی تو جن ہیں یعنی ہمارے انسانوں میں جو نیک انسان ہیں ہم انہیں انسان کہتے ہیں اور باقی جو ہیں انہیں انسان نہیں کہتے بلکہ کہتے ہیں یہ شیطان ہیں تو جو بدکار جنات ہیں ان کو ہم شیاطین کہتے ہیں جو نیک ہیں انہیں ہم جنات کہتے ہیں) وہ کہنے لگے جہاں انسان کو فائدہ ہوگا اور پھر جس مجلس میں، جس محفل میں، جس اللہ والے کے پاس یا کسی اللہ والے کے غلام کے پاس اس انسان کو نفع ہوگا' وہاں جانے سے شیطان اس کو گریزاں کرے گا یا بدگمانی ڈالے گا یا پھر مایوسی ڈالے گا یا سستی ڈال دے گا۔ اگر یہ چیز آرہی ہو تو سمجھ لیں کہ یہاں سے نفع ہوگا۔ ہم خود سوچیں کہ جان بنانے کی محنت پر کتنی کوشش کر رہے' ایمان بنانے کی محنت پر کتنی کوشش کر رہے ہیں۔ ایک ڈینٹل سرجن تھے۔ صبح صبح بازار میں سودا وغیرہ لینے کیلئے نکلتے تھے' وہ ایک مخصوص دکان سے چھوٹا گوشت لیتے تھے اور وہ بھی ایک خاص حصے یعنی چانپ اور گردن کا' گوشت کو اچھی طرح دھلواتے تھے۔ ایک روز صبح کو گیا تو پتہ چلا کہ ڈاکٹر صاحب رات کو سوئے تو صبح کو ختم ہو چکے تھے ان کا چمکتا ہوا چہرہ اور چھلکتا ہوا خون' سفید لباس ہوتا تھا۔ بہترین بوسکی' کرنڈی یا کاٹن کی اعلیٰ قسم کا لباس اور ہر قسم کی ریل پیل ہوتی تھی۔ اس واقعہ کو آج کئی سال گزر چکے ہیں جب میں وہاں جاتا ہوں اللہ کی قسم وہ نقش کبھی نہیں بھولتا پھر دل کے اندر ایک حسرت بھری آواز آتی ہے اس چہرے کو تو اب مٹی کھا گئی ہوگی یعنی اتنا بے وفا جسم ہے' اتنی بے وفا جان ہے اس کے لئے اتنی کوششیں کرتے ہیں

ایمان ہوگا تو..........!

جو ایمان موت کے وقت کام آئے' اگر ایمان ہوگا تو کلمہ نصیب ہوگا...... قبر میں کام آئے گا...... اگر ایمان ہوگا تو دائیں بائیں اعمال اور ایمان حصار کرلیں گے...... نکیرین اور فرشتوں کے عذاب سے بچائیں گے...... ایمان ہوگا تو جنت کا دروازہ قبر میں کھلے گا...... ایمان ہوگا تو جنت کی مسہریاں قبر میں آئیں گی...... ایمان ہوگا تو اللہ پاک قبر میں جہنم کے دروازے کو بند کریں گے...... ایمان ہوگا تو اللہ پاک وہیں جی بہلانے کے لئے اپنے اعمال والے ساتھی بھیج دیں گے...... ایمان ہوگا تو االلہ قبر میں نور اور روشنی عطا فرمائیں گے ورنہ تو اندھیرا ہی ہوگا۔ کئی لوگ بتاتے ہیں کہ قبر کھودتے کھودتے ساتھ والی قبر کھلی اور ایسی خوشبو نکلی کہ ہم حیران رہ گئے اللہ پاک ایسے واقعات ہم لوگوں کی عبرت کیلئے دکھاتے ہیں۔

میرے دوستو! یہ ایمان پھر قیامت کے دن اٹھائے گا تو پھر ایسا سرخ اور چمک والا چہرہ ہوگا کہ لوگ پوچھیں گے کیا یہ کسی نبی کا چہرہ ہے؟ فرمایا نہیں سرورکونین ﷺ کے ایک ایسے امتی کا چہرہ ہے جس کے اندر ایمان تھا اور پھر یہ ایمان ہوگا کہ قیامت کہ دن کوئی سایہ نہیں ہوگا اور ہر شخص کو اس کے ایمان کے بقدر سایہ ملے گا اور یہ ایمان ہوگا جس سے عرش کا سایہ نصیب ہوگا۔ یہ ایمان ہوگا کہ عرش کے سائے کے نیچے نور کے ممبر لگے ہوں گے' موتیوں کے' زمرد اور یاقوت کے اور ایمان والا ان پر بیٹھا ہوا ہوگا۔ یہ ایمان ہی تو ہوگا جو پل صراط پہ اس کو روشنی کی طرح چلائے گا اور یہ ایمان ہوگا کہ اس کی روشنی ہوگی پھر وہ لوگ جن کے پاس ایمان نہیں ہوگا وہ اس کی روشنی کے نیچے چل پڑیں گے جب چلتے جائیں گے تو اس کی روشنی پہ پل صراط کا راستہ طے کرنے کی کوشش کریں گے۔ پھر اللہ جل شانہٗ ایمان والے کو ایسی قوت عطا فرمائے گا یہ جلدی گزر جائے گا وہ روشنی تو اس کے پاس تھی دوسروں کے پاس تو تھی نہیں اور وہ کٹ کے گر جائیں گے پھر رضوان اس کیلئے جنت کے دروازے کھولے گا اور یہ ایمان کی روشنی ہوگی کہ اللہ پاک اس کیلئے جنت میں ایک نظام بنائیگا۔

لاجواب استقبال ہوگا

ستر ہزار کمرے ہوں گے' ہر کمرے کے ستر ہزار دروازے ہوں گے اور ہر دروازے کے باہر ستر ہزار حوریں اس کا استقبال کریں گی اور یہ کھانا چاہے گا تو دسترخوان لگے ہوئے ہوں گے ایمان کے بقدر ہی جنت بڑی چھوٹی ملے گی۔ ایمان زیادہ جنت اُتنی بڑی' ایمان چھوٹا جنت چھوٹی' ایمان بڑا تو اللہ تعالیٰ کا دیدار روز ہوگا جس کا ایمان جتنا بڑھتا چلا جائے گا اتنا دیدار بڑھتا چلا جائے گا۔ حدیث کے الفاظ کا مفہوم ہے بعض کو ہفتے کے بعد اللہ جل شانہٗ کا دیدار ہوگا۔ قیامت کے دن سب سے آخری نعمت جو ملے گی وہ اللہ کا دیدار ہوگا اور اللہ کی رضا ہوگی اور بعض لوگ ایسے ہوں گے جن کو مہینوں کے بعد اور بعض لوگ ایسے ہوں گے اللہ پاک کا دیدار جب چاہیں گے اللہ عطا کرے گا۔ یہ ساری چیزیں ایمان کے بقدر ہوں گی جتنا ایمان بڑھتا چلا جائے گا...... اتنے اعمال بڑھتے چلے جائیں گے۔ جتنا ایمان کم ہوتا چلا جائے گا اتنا اللہ کی ذات عالی کی طرف یقین کم ہوتا چلا جائے گا۔ ایمان کے بقدر مومن کا معاملہ ہے' ایمان ہی سے مومن کو زوال ملے گا اور ایمان ہی سے مومن کو عروج ملے گا۔ جان بنانے کے لئے کتنی کوششیں کیں' کتنی محنتیں کیں اور کتنی مشقتیں کیں' ایمان بنانے کے لئے کتنی کوششیں کیں' کتنی مشقت کی کتنی گرمی جھیلی' کتنا گھٹنوں میں درد ہوا اور کتنا سفر کیا اور کتنے دھکے کھائے اور کتنی جھڑکیاں برداشت کیں ہم خود سوچیں! دنیا کیلئے گھروں سے باہر رہنا ہمارے لیے کتنا آسان ہے۔ آج مجھے ایک صاحب کہنے لگے میں فلاں ملک میں بیس سال رہا۔ اللہ اکبر! اس دن ایک صاحب یورپ سے میرے پاس آئے ہوئے تھے کہنے لگے جب میں یورپ گیا تو جوان تھا اب بوڑھا ہوگیا ہوں' یہ کمانا بھی تو جان بنانے کیلئے ہوتا ہے۔ اچھا کماؤں گا' اچھا کھاؤں گا' اچھا رہوں گا' اچھی سواری' اچھی عزت' اچھی شان وشوکت یہ ساری چیزیں جان بنانے ہی کیلئے تو ہیں۔ ارے دوستو! جو ایمان پل پل ساتھ دے گا اس ایمان کیلئے کتنی کوشش کی ہے۔ اس ایمان کے لئے کتنی محنت کی ہے ہاں اس ایمان کے لئے دعا بھی کام دیتی ہے۔ اس ایمان کے لئے مشقت بھی کام دیتی ہے' اس

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری تو ہے ہی لاجواب لیکن درس میں آکر پتا چلا کہ یہ بھی لاجواب ہے۔ جو سکون مجھے اس میں آکر ملا ہے وہ بیان سے باہر ہے' میری بیٹی جو پچھلے ایک ماہ سے بیمار تھی' میں اسے بھی ساتھ لیکر درس میں گئی اس کی بیماری وہیں سے ختم ہوگئی۔ تمام میڈیکل ٹیسٹ کروا چکی تھی۔ دوائیاں کھا کھا کر تنگ آچکی تھی' بیماری وہی کی وہی تھی' اللہ آپ کو اس کا بہت اجر دے گا۔ آپ کے درس سے میری بیٹی تندرست ہوئی اور اب وہ پورے ایک (باقی صفحہ نمبر 37)

انوکھا جن اور امیر المومنین رضی اللہ عنہ

پروفیسر آصف کریم
فیصل آباد

ایثار و قربانی میں حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کے بعد ان کا ہی درجہ تھا۔ ان کی جان نثاری وفدا کاری اور خدمات اسلامی کی بنا پر ان کو بارگاہ نبوی ﷺ میں جو تقرب و اختصاص حاصل تھا وہ حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کے علاوہ کسی اور صحابی کو نہ تھا۔

مختصر حالات: آپؓ کا خاندان زمانہ جاہلیت میں بھی ممتاز تھا' قریش کے نظام میں سفارت اور فصل مقدمات کا عہدہ آپ ہی کے خاندان میں تھا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو اسلام سے قبل عرب کے مرغوب فنون میں (سپہ گری اور خطابت میں) بڑی دلچسپی تھی۔ معمولی نوشت وخواند سے بھی واقف تھے۔ معاش کا ذریعہ تجارت تھا۔ اسی سلسلہ میں دور دور کے سفر کر چکے تھے۔ ظہور اسلام کے وقت قریش کی طرح حضرت عمر رضی اللہ عنہ بھی اسلام اور مسلمانوں کے سخت دشمن تھے۔ اسلام ان کی نگاہ میں سب سے بڑا جرم تھا۔ جو شخص نیا مسلمان ہوتا حضرت عمرؓ اس کے دشمن ہو جاتے تھے لیکن بڑے عالی دماغ اور شکوہ و دبدبہ کے مالک تھے۔ اس لیے آنحضرت ﷺ کو ان کے اسلام کی بڑی آرزو تھی اور آپ ﷺ ان کے اسلام کی دعا فرمایا کرتے تھے۔

ہجرت کے بعد بدر اور احد وغیرہ تمام بڑے بڑے معرکوں میں شریک رہے۔ جنگ بدر میں اپنے اعزہ کو اپنے ہاتھوں سے قتل کیا۔ غزوہ تبوک میں آدھا مال اللہ کی راہ میں دے دیا۔ غرض قبول اسلام کے بعد حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کی طرح انہوں نے بھی اپنی جان اور اپنا مال اسلام پر نثار کر دیا اور ان کی جرأت و شجاعت اور جانثاری سے اسلام کو بڑی تقویت پہنچی۔ ایثار و قربانی میں حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کے بعد ان کا ہی درجہ تھا۔ ان کی جان نثاری کی بنا پر ان کو بارگاہ نبوی ﷺ میں جو تقرب و خصوصیت حاصل تھی وہ حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کے علاوہ کسی اور صحابی کو نہ تھا۔ رسول اللہ ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ اگر میرے بعد کوئی نبی ہوتا تو وہ عمرؓ ہوتے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی اعمال خیر میں رغبت

ایک مرتبہ حضور انور ﷺ نے اپنے اصحاب سے دریافت کیا: ''آج جنازہ میں کس نے شرکت کی ہے؟'' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا میں آج جنازہ میں شریک ہوا ہوں۔ آپ ﷺ نے فرمایا: آج مریض کی تیمارداری کس نے کی ہے؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا آج میں نے مریض کی تیمارداری کی ہے۔ حضور ﷺ نے پھر استفسار کیا: آج صدقہ کس نے دیا ہے؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا آج میں نے صدقہ دیا ہے۔ آپ ﷺ نے پوچھا آج روزہ کس نے رکھا ہے؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا آج میں نے روزہ رکھا ہے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے اعمال خیر کے اس شغف کو دیکھ کر حضور ﷺ نے فرمایا ''عمر رضی اللہ عنہ کیلئے جنت واجب ہوگئی' عمر رضی اللہ عنہ کیلئے جنت واجب ہوگئی۔

ایک جن کا انوکھا واقعہ

ایک دن حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ بیٹھے ہوئے تھے کہ ان کے پاس سے ایک آدمی گزرا۔ کسی نے پوچھا اے امیر المومنین! کیا آپ اس گزرنے والے کو جانتے ہیں؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے پوچھا یہ کون ہے؟ لوگوں نے کہا یہ حضرت سواد بن قارب رضی اللہ عنہ ہیں جنہیں ان کے پاس آنے والے جن نے حضور ﷺ کی بعثت کی خبر دی تھی۔ چنانچہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے پیغام دے کر انہیں بلایا اور فرمایا کہ کیا آپ سواد بن قارب ہیں؟ انہوں نے ہاں میں جواب دیا تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا کیا تم زمانہ جاہلیت میں کہانت کا کام کرتے تھے؟ اس پر حضرت سواد رضی اللہ عنہ کو غصہ آگیا اور کہا امیر المومنین! جب سے میں مسلمان ہوا ہوں کبھی کسی نے میرے منہ پر ایسی بات نہیں کی۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے کہا سبحان اللہ! ہم تو جاہلیت میں شرک پر تھے اور یہ شرک تمہاری کہانت سے زیادہ برا تھا۔ تمہارے تابع جن نے حضور ﷺ کی بعثت کی جو خبر دی تھی وہ مجھے بتاؤ۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی فرمائش پر حضرت سواد رضی اللہ عنہ نے اپنا تفصیلی واقعہ سناتے ہوئے عرض کیا: اے امیر المومنینؓ! ایک رات میں لیٹا ہوا تھا اور بیداری اور نیند کی درمیانی حالت میں تھا' میرا جن میرے پاس آیا اور مجھے پاؤں مار کر کہا' 'اے سواد بن قارب! اٹھ اور میری بات غور سے سن! اگر تیرے اندر عقل ہے تو تو سمجھ لے کہ (قریش کی شاخ) لوی بن غالب میں ایک رسول مبعوث ہوا ہے جو اللہ کی اور اس کی عبادت کی دعوت دیتا ہے۔

مجھے اس بات پر تعجب ہوا کہ جنات حق کو تلاش کر رہے ہیں اور سفید اونٹوں پر کجاوے باندھ کر ہر طرف کا سفر کر رہے ہیں' یہ سب ہدایت حاصل کرنا چاہتے ہیں۔ لہٰذا تم سفر کر کے اس ہستی کے پاس جاؤ جو بنی ہاشم میں چیدہ اور عمدہ ہیں اور ہدایت میں پہل کرنے والا دیر کرنے والے کی طرح نہیں ہوگا بلکہ اس سے افضل ہوگا۔

میں نے اس جن سے کہا مجھے سونے دو' مجھے شام سے بہت نیند آرہی ہے۔ اگلی رات وہ میرے پاس آیا اور اس نے مجھے پاؤں مار کر پھر گزشتہ رات والی ساری بات بتائی۔ اسی طرح مسلسل تین راتیں وہ جن مجھے آکر بتاتا رہا۔

چنانچہ میں اٹھا اور میں نے کہا اللہ تعالیٰ نے میرے دل کو جانچ لیا ہے یعنی جن کی بات صحیح معلوم ہوتی ہے اور میں اونٹنی پر سوار ہو کر چل دیا پھر میں مدینہ آیا تو وہاں حضور ﷺ اپنے صحابہ رضی اللہ عنہم میں تشریف فرما تھے میں نے قریب جا کر عرض کیا میری درخواست بھی سن لیں آپ ﷺ نے فرمایا ''کہو'' میں نے یہ اشعار پڑھے۔ ترجمہ: ''ابتدائی رات کا کچھ حصہ گزر جانے کے بعد اور میرے کچھ سو لینے کے بعد مجھے سرگوشی کرنے والا جن میرے پاس تین رات آتا رہا اور جہاں تک میں نے اسے آزمایا وہ جھوٹا نہیں تھا وہ ہر رات مجھ سے یہی کہتا کہ تمہارے پاس ایک رسول ﷺ آیا ہے جو قبیلہ لوی بن غالب سے ہے۔ اس پر میں نے سفر کی مکمل تیاری کر لی اور تیز رفتار والی اونٹنی مجھے لے کر ہموار اور وسیع میدانوں میں چلتی رہی میں گواہی دیتا ہوں کہ اللہ تعالیٰ کے سوا کوئی چیز عبادت کے لائق نہیں ہے اور آپ ہر بات کے بارے میں قابل اعتماد ہیں اور اے قابل احترام اور پاکیزہ لوگوں کے بیٹے! آپ ﷺ اللہ تک پہنچنے کیلئے تمام رسولوں میں سب سے زیادہ قریبی وسیلہ ہیں۔ اے روئے زمین پر چلنے والے سب سے اچھے انسان! آپ ﷺ ہمیں ان تمام اعمال کا حکم فرمائیں جو آپ ﷺ کے پاس اللہ کی طرف آرہے ہیں۔ ہم ان اعمال کو ضرور کریں گے چاہے ان اعمال کی محنت میں ہمارے بال سفید ہو جائیں۔ آپ ﷺ اس دن کے لیے میرے سفارشی بن جائیں جس دن آپ ﷺ کے علاوہ اور سفارشی سواد بن قارب کے کام نہیں آسکتا۔''

میرے یہ اشعار سن کر حضور ﷺ اور تمام صحابی رضی اللہ عنہم اجمعین بہت زیادہ خوش ہوئے اور ان سب کے چہروں سے خوشی عیاں ہونے لگی۔

یہ قصہ سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ حضرت سواد رضی اللہ عنہ سے لپٹ گئے اور فرمایا ''میری دلی خواہش تھی کہ میں تم سے یہ سارا قصہ سنوں۔ کیا اب بھی وہ جن تمہارے پاس آتا ہے؟ حضرت سواد رضی اللہ عنہ نے فرمایا جب سے میں نے قرآن پڑھنا شروع کیا ہے وہ نہیں آیا اور اس جن کی جگہ اللہ کی کتاب نعم البدل ہے۔

گھر کی تبدیلی کا بچے کی شخصیت پر اثر

مناظر صدیقی

قدرتی بات ہے کہ بچوں کے کانوں میں والدین کی گفتگو کی کوئی ایسی بھنک پڑ جائے جو تبدیلی سکونت سے متعلق کسی قسم کی غلط فہمی پیدا کرسکتی ہو تو وہ بچوں کے ذہنوں میں پیدا ہونے والے شکوک وشبہات میں مزید اضافہ کردے گی

ایک جگہ سے دوسری جگہ منتقلی اور اس کیلئے گھر کا اسباب ڈھونا' اپنے دوستوں اور مانوس ماحول کو چھوڑنا اور کسی دوسری آبادی میں جا کر سکونت اختیار کرنا کسی کیلئے بھی کوئی آسان بات نہیں ہوتی۔ بچوں کیلئے تو یہ بات خاص طور پر بڑی تکلیف دہ ہوتی ہے۔ ہر عمر کے بچوں کیلئے اس قسم کی منتقلی خواہ وہ ایک ہی شہر میں ایک محلّہ سے دوسرے محلے میں ہو یا ایک صوبے سے دوسرے صوبے کیلئے ان کی شخصیت کو مجروح کردیتی ہے۔ بچوں کی سب سے بڑی ضرورت ان کا تحفظ ہوتا ہے۔ انہیں یہ محسوس ہوتے رہنا چاہیے کہ وہ محفوظ ہیں اور اس نوعیت کی تبدیلی ان کے اسی احساس تحفظ پر ضرب لگاتی ہے۔ اس لیے یہ ضروری ہے کہ اس نوعیت کی منتقلی کیلئے بچے پہلے سے ذہنی طور پر تیار ہوں۔ آپ کو جب کبھی اپنی سکونت بدلنی ہو تو جتنی جلد ممکن ہو سکے بچوں کو اس متوقع منتقلی کے بارے میں نہ صرف آگاہ کردیجئے بلکہ پوری صورت حال اور منتقلی کے اسباب کے بارے میں ان سے کھل کر گفتگو کیجئے۔ بچوں کو آپ کی بات سمجھنے' منتقلی کی اس خبر کو قبول کرنے' سوالات کرکے اس خبر کا حقیقی مفہوم سمجھنے اور کسی بھی سبب سے اس منتقلی کے سلسلے میں پیدا ہونے والی ہچکچاہٹ کو دور کرنے میں کچھ وقت لگے گا۔ اس خبر کو سنتے ہی ان کی طرف سے کیے گئے سوالات کی کثرت اور ہچکچاہٹ پر تعجب کا اظہار نہ کیجئے بلکہ بچوں کو اس بات کا موقع دیجئے کہ وہ محسوسات کو کھل کر آپ کے سامنے پیش کریں۔

آپ کا سب سے چھوٹا بچہ آپ سے کچھ زیادہ حقائق جاننے کا طالب ہوگا' کیونکہ اپنی عمر کے اعتبار سے اس میں وقت کی ضرورتوں کا احساس نسبتاً بہت کم ہوتا ہے اس لیے ضرورت اس بات کی ہوتی ہے کہ اسے بہت پہلے سے خاندان کی متوقع منتقلی کے بارے میں بتایا جائے اس لیے مناسب یہ ہے کہ منتقلی کے متعلق گفتگو کی ابتدا سب سے چھوٹے بچے سے کی جائے۔ بڑے بچوں کی صورتحال قدرے مختلف ہوگی۔ وہ آپ سے اس منتقلی کا سبب جاننا چاہیں گے اور یہ ان کا حق بھی ہے۔ گھر بدلنے کا مطلب بڑے بچوں کیلئے نئے دوست بنانا' نئے سکول میں جانا اور نئے اساتذہ سے تعلیم حاصل کرنا ہوتا ہے۔ غرض یہ تبدیلی ان کیلئے بالکل نئی زندگی کا آغاز ہوتی ہے۔ آپ کی کوشش یہ ہونی چاہیے کہ بچوں کی تبدیلی مکان کے متعلق خبر آپ خود سنائیں۔ انہیں کسی دوسرے ذریعہ سے مثلاً پڑوسیوں وغیرہ کے ذریعہ سے اس کی اطلاع نہیں ہونی چاہیے۔ ہوتا یہ ہے کہ اگر بچے خاندانی معاملات سے اس طرح آگاہ ہوں کہ بڑوں کی گفتگو اتفاقاً ان کے کانوں میں پڑ جائے یا باہر کا کوئی آدمی ان کے خاندان کے متعلق کوئی خبر انہیں سنائے تو ان کی آزردگی زیادہ شدید اور گہری ہوتی ہے۔ اس لیے یہ موقع رازداری برتنے کا نہیں ہوتا۔

قدرتی بات ہے کہ بچوں کے کانوں میں والدین کی گفتگو کی کوئی ایسی بھنک پڑ جائے جو تبدیلی سکونت سے متعلق کسی قسم کی غلط فہمی پیدا کرسکتی ہو تو وہ بچوں کے ذہنوں میں پیدا ہونے والے شکوک وشبہات میں مزید اضافہ کردے گی۔ اگر بچے سکونت کی تبدیلی کے سلسلے میں اپنی ماں کو روتا ہوا دیکھ لیں یا باپ کی زبان سے کوئی شکایتی کلمہ سن لیں تو وہ یقیناً اس منتقلی کے زیادہ شدت سے مخالف ہوجائیں گے۔ لیکن والدین صحیح طریقہ اختیار کریں تو بچوں کے ذہنوں میں پیدا ہونے والے شکوک وشبہات کم ہوجائیں گے یا ختم ہوجائیں گے۔ بار بار سکونت تبدیل کرنے والے خاندانوں کا مطالعہ کرنے سے اندازہ ہوا کہ جن خاندانوں کے بچے اس منتقلی یا سکونت کی تبدیلیوں سے ناراض تھے ان میں یہ ناراضی والدین میں سے کسی ایک کے منتشر خیالات کا ردعمل تھی۔

''میں اپنے دوستوں سے دوبارہ نہیں مل سکوں گا''۔ آپ بالعموم اپنے بچوں سے ایسے جملے ضرور سنیں گے۔ آپ بچوں کے اس احساس میں بڑے بچوں کو پرانے دوستوں سے تعلقات برقرار رکھنے کی اجازت کا یقین دلا کر کمی کرسکتے ہیں۔ آپ بچوں کے سامنے اپنے دوستوں کو اپنے پتے کی تبدیلی کے متعلق خطوط لکھ کر یہ یقین دلا سکتے ہیں کہ سکونت کی تبدیلی پرانے تعلقات پر اثر انداز نہیں ہوگی۔

تبدیلی سکونت میں بچوں کی شرکت

یہ بات بڑی اہم ہے کہ تبدیلی سکونت کے سلسلے کی مصروفیات میں بچے اپنے والدین سے تعاون واشتراک کا بھرپور احساس رکھتے ہیں جہاں تک ممکن ہو انہیں تبدیلی مکان کی تیاریوں اور اسباب سمیٹنے کے کاموں میں مدد کرنے کا موقع دیجئے۔ انہیں وہ تمام سامان چھانٹنے دیجئے جسے رکھنا وہ پسند نہ کرتے ہوں لیکن جس چیز کو وہ کسی بھی وجہ سے اپنا خزانہ سمجھتے ہوں یا اسے محفوظ کرنا چاہتے ہوں اسے اپنے ساتھ اپنے نئے مکان میں لے جایئے۔ چھوٹے بچوں کے وہ تمام کھلونے جو انہیں پسند ہوں۔ اس وقت تک محفوظ رہنے چاہئیں جب تک کہ وہ نئے مکان سے مانوس نہ ہوجائیں اور ان کھلونوں کی ضرورت باقی نہ رہے۔

بچوں کے اس یقین میں اضافہ کرنے کیلئے کہ گھر کی ہر چیز میں ان کا حصہ ہے انہیں اس بات کی اجازت دیجئے کہ اپنے نئے کمروں کیلئے وہ خود اپنی پسند کے رنگ منتخب کریں یا یہ بتادیں کہ ان کا فرنیچر کس جگہ رکھا جائے۔ بچے اپنے والدین ہی کے ذریعہ سے ہمت اور سکون حاصل کرتے ہیں۔ کوئی خاندان جب مل جل کر رہتا اور روزانہ کے معمولات مل جل کر ادا کرتا ہے تو اجنبیت کا احساس اور کسی منتقلی کی بنا پر پیدا ہونے والا کوئی بے ربط خیال خود بخود معدوم ہوجاتا ہے۔ یہ صحیح ہے کہ والدین کو ہزاروں کام انجام دینے ہوتے ہیں لیکن اس کے باوجود والدین کو یہ بات سمجھ لینی چاہیے کہ بچے اور خاص طور پر کم عمر بچے عام دنوں کی بہ نسبت جذباتی لمحات کے دوران بہت زیادہ توجہ کے طالب ہوتے ہیں۔ دوسری مصروفیات کے ساتھ ان پر توجہ دینا یقیناً ایک دشوار کام ہے لیکن ایسے مواقع پر آپ کو ممکنہ حد تک خوش وخرم اور پرسکون رہنا چاہیے۔

سکونت تبدیل کرنے کے بعد آپ کا پہلا کام یہ ہونا چاہیے کہ نئے پڑوسیوں اور اجنبیوں سے شناسائی اور قربت پیدا کریں۔ اس کیلئے بہترین طریقہ یہ ہوسکتا ہے کہ سب سے پہلے اپنے بچوں کے کمرے آراستہ کریں تاکہ آپ کے بچے ہم عمر نئے ساتھیوں کو اپنے پاس بلاسکیں۔ تیرہ سے انیس سال تک کے بچے نئی سکونت کی خامیاں تلاش کرنے کے معاملے میں خاصے ذہین ثابت ہوتے ہیں۔ اس صورت میں ان کی دل جوئی کی بھرپور کوشش کیجئے۔ نئے مکان میں آنے کے بعد بچوں کو فوراً باہر جانے اور نئے دوست بنانے پر مجبور نہ کیجئے۔ کیونکہ ہر بچے میں نئے ماحول سے مطابقت پیدا کرنے کی صلاحیت مختلف ہوتی ہے۔ بعض بچے اس میں زیادہ دشواری محسوس نہیں کرتے اور بعض بچے ذرا دیر میں دوست بناتے ہیں۔ عقل مند والدین نئے مکان کے بارے میں اپنے بچوں کے تنقیدی جملے سننے کیلئے ہمیشہ تیار رہتے ہیں۔ یہ اعتراضات کبھی مکان کے بڑا یا چھوٹا ہونے کے سلسلے میں ہوتے ہیں اور کبھی اس کے محل وقوع پر۔ یاد رکھیے سکونت کی تبدیلی ایک طرح سے بالکل نئی زندگی کا آغاز ہوتی ہے۔ تجربات کا ایک دفتر بند ہوتا اور نیا باب کھلتا ہے۔

یتیم کی غیبی مدد کا سچا واقعہ

نزہت' لاہور

میں نے معاملہ اللہ پر چھوڑ دیا کہ جس نے پیدا کیا ہے وہ اسباب بنائے گا۔ بچی کو بھی میں نے ہرطرح سمجھا دیا کہ دیکھو بیٹا ہرچیز اللہ کے اختیار میں ہے جب اس کا حکم ہوگا تو وہ کوئی سبب ضرور بنا دیگا کیونکہ اللہ نے ہرچیز کے جوڑے بھی بنائے ہیں

گزشتہ ڈیڑھ سال قبل میری بڑی بہن وفات پا گئیں چونکہ وہ خود لاولد تھیں اور ان کے شوہر بھی وفات پا چکے تھے۔ انہوں نے ایک دارالامان سے ایک لاوارث بچی کسی کے ذریعے کئی سال پہلے لی تا کہ ان کی تنہائی دور ہوجائے اور بچی کو بھی سہارا مل جائے۔ اس بچی کا دنیا میں کوئی رشتہ دار نہ تھا۔ نہ بھائی' نہ بہن' نہ والدین اور نہ ہی کوئی چچا تایا۔ (بقول بچی کے وہ بچپن میں گم ہوگئی تھی اس لیے اسے اپنے والدین کے بارے کچھ علم نہیں) یہ بچی حسن اتفاق سے دونوں کانوں سے اونچا بھی سنتی ہے۔ مگر پانچ وقت کی نمازی ہے۔ روزانہ تلاوت قرآن اس کا معمول ہے۔ جب میری بہن وفات پانے لگیں تو بار بار میری طرف دیکھتیں اور بچی کا نام لیتی۔ یہاں تک کہ میں نے آگے بڑھ کر بچی کو گلے لگالیا اور آپا سے کہا کہ آپا میں اس کی ذمہ داری لیتی ہوں۔ اسکے بعد میری بہن مطمئن ہوکر خاموش ہوگئیں۔ تین ماہ قبل میرے شوہر بھی فوت ہو چکے تھے۔ میں اپنی بہن کو اپنے پاس لے آئی غرضیکہ کہ اس بچی نے میری بہن کی بے حد خدمت کی اور تین مہینے ان کی بیماری (کینسر) میں ان کے پلنگ کی پٹی سے لگی رہی۔ ان کی ایک آواز پہ بے قرار ہوکر اٹھتی اور ان کو بستر پر ٹٹولنے لگتی۔ اتفاق سے یہ بچی آٹھویں جماعت تک پڑھی ہوئی تھی۔ میں نے اسے نویں اور دسویں جماعت کی کتابیں لے کردیں تا کہ اس کا دل پڑھائی میں لگ جائے۔ دوسری طرف اسے ہم نے گھر کا کام کرنا بھی سکھا دیا۔ اب یہ بچی گھر کا سارا کام سیکھ گئی' گھر میں چھوٹے بچے بھی اس سے بہت مانوس ہوگئے۔ ایک ماں کی طرح آہستہ آہستہ میں نے اس کی اخلاقی تربیت بھی کرنا شروع کردی کیونکہ یہ بچی بچپن کے حالات کی وجہ سے کچھ زیادہ بولتی تھی۔ میں نے اسے کبھی پیار' کبھی ڈانٹ کر سمجھایا۔ رفتہ رفتہ اب اس کی عمر 18,17 سال ہوگئی۔ اس کیلئے بہت سی جگہ رشتے کی کوشش کی لیکن لوگوں کو لالچ کے سوا اس بچی سے کوئی ہمدردی نہ تھی۔ کوئی مکان مانگتا تو کوئی حیثیت پوچھتا۔ کوئی کہتا ہمیں تو کرایہ کا مکان لے دو۔ (گویا میں ساری عمر کرایہ ہی دیتی رہتی)

بہرحال میں نے معاملہ اللہ پر چھوڑ دیا کہ جس نے پیدا کیا ہے وہ اسباب بنائے گا۔ بچی کو بھی میں نے ہرطرح سمجھا دیا کہ دیکھو بیٹا ہرچیز اللہ کے اختیار میں ہے جب اس کا حکم ہوگا تو وہ کوئی سبب ضرور بنا دیگا کیونکہ اللہ نے ہرچیز کے جوڑے بھی بنائے ہیں۔ غرض اللہ پر توکل کرلیا اور اس کو بھی صبر اور توکل کی تاکید کی۔ بچی کو ہرنماز کے بعد سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 136 پڑھنے کو کہہ دیا۔ یقین کریں اللہ تعالیٰ نے ایسی دعا سنی اور دو مہینوں کے اندر اندر ہی اس کا رشتہ طے پا کر شادی ہوگئی۔ ہوا یوں کہ میری بہو کے رشتہ داروں میں ایک صاحب تھے جن کی شادی کے ایک سال بعد بیوی دوران زچگی چل بسی۔ میری بہو کی والدہ نے جب یہ بات سنی تو انہوں نے اپنی رشتہ دار سے کہہ کر کہا کہ اگر آپ رشتہ ڈھونڈ رہی ہیں تو اس طرح ایک بچی میری بیٹی کے سسرال میں موجود ہے۔ اس کے بعد انہوں نے بچی کے بارے میں سب بتا دیا کہ وہ کانوں سے اونچا سنتی ہے اور دارالامان سے لی گئی ہے اس کا کوئی یارومددگار نہ ہے۔ آپ بیٹے سے مشورہ کرلیں اگر وہ تیار ہو تو ایک گھر بس سکتا ہے۔ بیٹا جو کہ کسی فیکٹری میں معمولی ملازمت کرتا تھا راضی ہوگیا تو انہوں نے رشتہ دیکھنے کی خواہش کی۔

لڑکا چونکہ رشتہ میں میری بہو کا چچازاد بھائی لگتا ہے اس لیے ہم نے سوچا دیکھا بھالا بھی اور سب کو اس کے بارے میں علم ہے' ہاں کردی اور ان کو اپنے گھر آنے کی دعوت دی۔ اب میں نے دل میں خالص نیت کی کہ اے اللہ آپ جانتے ہیں یہ کام میں صرف اور صرف آپ کی خوشنودی کیلئے کر رہی ہوں اس میں میرا ذرا بھر بھی فائدہ نہیں اور نہ مجھے کوئی لالچ ہے پس آپ میری مدد فرمائیں۔ خیر جب ہاں کی تو میرے پاس فقط چند سو روپے ہونگے اور آپ یقین کریں کہ اللہ تعالیٰ کی مدد یوں آئی کہ میں خود حیران ہوں کہ ہر روز مجھے کہیں نہ کہیں سے پیسے ملتے۔ (میں نے کسی سے کچھ نہیں مانگا) ہر رشتہ دار نے بند مٹھی میں پیسے پکڑائے۔ ایسے لگتا جیسے پیسوں کی بارش ہورہی ہے۔ ہر روز میں بازار جاتی اور اس کے جہیز کا سامان لے آتی۔ ابھی ایک چیز لاتی تو اگلی چیز کیلئے رقم کا انتظام ہوجاتا۔ ہر رشتہ دار نے بڑھ چڑھ کر اس نیکی میں حصہ ڈالا۔ بڑے بہنوئی نے کھانے کا انتظام اپنے ہاتھوں میں لے لیا۔ غرض میں نے کھلے دل سے ہرچیز بنائی' بہترین کھانا براتیوں کو کھلایا اور لڑکی کی رخصتی کردی۔ اللہ کی مدد یوں تھی کہ میں گھر سے جس کام کیلئے نکلتی اس کیساتھ دو تین کام اور بھی مکمل پا جاتے۔ گویا فرشتے میرا ہر کام کردیتے۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 57

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ قسط میں پرھا ب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

عراق' مصر اور شام کے دفتر مال گزاری کا حساب کتاب وہاں کی زبانوں میں رکھا جاتا تھا اس لیے حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے زمانہ میں وہاں کے حساب کتاب کرنے والے مجوسی' عیسائی یا قبطی تھے۔ ان کے ساتھ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے حکم کے مطابق اچھا سلوک رہتا۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اپنے بستر مرگ پر بھی ذمیوں کا خیال رہا۔ انہوں نے فرمایا میں اپنے بعد آنے والے خلیفہ کو ذمیوں کے ساتھ اچھا سلوک کرنے کی تلقین کرتا ہوں' ان سے جو عہد کیا جائے اس کی پابندی کی جائے' ان کے دشمنوں کے خلاف ان کا دفاع کیا جائے اور ان پر ان کی برداشت سے زیادہ بار نہ ڈالا جائے۔ وہ عمال (گورنر وغیرہ) کی خطاؤں کی سخت گرفت کرتے' ایک بار عوام سے مخاطب ہوکر فرمایا: اللہ کی قسم میں اپنے عمال (گورنر) کو تمہارے پاس اس لیے نہیں بھیجتا ہوں کہ وہ تمہارے منہ پر تم کو چانٹے ماریں' تمہارا مال چھین لیں' وہ اس لیے بھیجے جاتے ہیں کہ تم کو تمہارا دین اور تمہارے نبی ﷺ کی سنت سکھائیں' اگر کوئی ذمہ دار کسی سے دین اور سنت سے ہٹ کر سلوک کرے تو میں اس سے مظلوم کا بدلہ لیکر رہوں گا یہ سن کر عمرو بن العاص رضی اللہ تعالیٰ عنہ کہہ اٹھے کہ اگر کوئی مسلمان گورنر اپنی رعایا کی تادیب کرے تو کیا اس سے بھی قصاص لیا جائیگا۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے جواب دیا: ہاں! میں اس سے ضرور قصاص لونگا' میں نے تو رسول اللہ ﷺ کو خود اپنے سے قصاص دلواتے دیکھا ہے۔

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو معلوم ہوجاتا کہ کوئی حکومتی ذمہ دار اپنے نمود و ترفع کا اظہار کرتا ہے' بیمار کی عیادت نہیں کرتا ہے' کمزور اس کے دربار میں پہنچ نہیں پاتے ہیں تو اس کو معزول کردیتے' انہوں نے عمال (گورنر وغیرہ) کو ہدایت دے رکھی تھی کہ وہ ترکی گھوڑے پر نہ سوار ہوں' باریک کپڑے نہ پہنیں' چھنا ہوا آٹا نہ کھائیں' دروازہ پر دربان نہ رکھیں' اہل حاجت کیلئے ہمیشہ دروازہ کھلا رکھیں۔ اگر کوئی ان ہدایتوں کی خلاف ورزی کرتا تو اس کے خلاف سخت تادیبی کارروائی کرتے۔

گھریلو خواتین تھکاوٹ سے کیسے بچیں؟

تسکین زہرا

اپنی کسی گھریلو پریشانی کا غصہ بچوں اور شوہر پر مت نکالیں۔ اس طرح آپس کے تعلقات میں دراڑ پڑنے کا خدشہ ہوتا ہے۔ ایسے وقت میں اپنے غصے کو کنٹرول کرنے کی کوشش کریں۔ کچھ وقت کیلئے کسی پرسکون جگہ پر اکیلی بیٹھ جائیں۔

بعض گھریلو خواتین اکثر جذباتی مسائل کا شکار رہتی ہیں۔ بظاہر انہیں جسمانی طور پر کوئی تکلیف نہیں ہوتی لیکن اس کے باوجود وہ اپنے آپ کو بہتر محسوس نہیں کرتیں۔ کبھی سر درد، کمر درد، بیزاری یا پھر ہر وقت بلاوجہ کی تکان محسوس ہوتی ہے۔

اکثر خواتین اعصابی تناؤ بھی محسوس کرتی ہیں۔ یہ تمام علامات فکر اور پریشانی کے باعث ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ اپنی جسمانی استطاعت سے زیادہ کام کرنا بھی تھکاوٹ کا باعث بنتا ہے۔ اپنے غموں، فکروں اور پریشانیوں کے بارے میں مسلسل سوچتے رہنے اور انہیں صرف خود تک محدود رکھنے کی وجہ سے سخت قسم کے اعصابی تناؤ کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔

انگلستان کے ماہر نفسیات جے اے ہیڈ فیلڈ کے مطابق ''جس تکان سے ہمیں تکلیف پہنچتی ہے وہ زیادہ تر ذہنی ہوتی ہے جسمانی نہیں۔'' کوشش کریں کہ اپنی پریشانی، فکر اور کسی قسم کی الجھن کو اپنے شوہر سے ضرور شیئر کریں کیونکہ شوہر آپ کا بہترین دوست بھی ہوتا ہے اس کے علاوہ آپ اپنی ماں، بہن یا پھر کسی قابل اعتماد دوست سے ذکر کریں اور ان کے دیئے گئے مناسب مشوروں پر عمل کرنے کی کوشش کریں۔

بہت سی ایسی باتیں ہیں اگر گھریلو خواتین ان پر عمل کریں تو کسی حد تک تکان سے دور رہ سکتی ہیں۔

1۔ اپنے کاموں کو سرانجام دینے کیلئے ان کی ایک فہرست بنالیں اس طرح سے سب کام وقت پر ہو جائیں گے اور آپ کو خود پر توجہ دینے کیلئے بھی کچھ وقت میسر ہو جائے گا۔

2۔ ہر چیز کو اس کی جگہ پر رکھیں کیونکہ یہ سلیقہ شعار ہونے کی علامت ہے۔ اس سے آپ کی کارکردگی پہلے سے بہتر ہو جائے گی۔ اگر کبھی آپ واشنگٹن کانگریس لائبریری میں جائیں تو آپ کو اس کی چھت پر انگریزی کے معروف شاعر پوپ کا یہ مصرعہ لکھا ہوا دکھائی دے گا کہ ''ترتیب اس کائنات کا سب سے پہلا اصول ہے۔''

اگر آپ بھی اس پر عمل کریں تو بہت سی پریشانیوں سے نجات پاسکتی ہیں۔

3۔ گھر کے اہم کام سب سے پہلے نبٹائیں اور جو معمولی نوعیت کے کام ہیں وہ بعد میں کریں ایسا کرنے سے آپ خود کو پرسکون محسوس کریں گی۔

4۔ اپنے قریبی ہمسائیوں میں دلچسپی لیں، ان کے ساتھ اچھے تعلقات قائم کریں تاکہ ضرورت پڑنے پر آپ لوگ ایک دوسرے کے کام آسکیں کیونکہ اچھے اور پرخلوص ہمسائے کسی نعمت سے کم نہیں ہوتے۔

5۔ اپنی کسی گھریلو پریشانی کا غصہ بچوں اور شوہر پر مت نکالیں۔ اس طرح آپس کے تعلقات میں دراڑ پڑنے کا خدشہ ہوتا ہے۔ ایسے وقت میں اپنے غصے کو کنٹرول کرنے کی کوشش کریں۔ کچھ وقت کیلئے کسی پرسکون جگہ پر اکیلی بیٹھ جائیں۔ کسی کتاب کا مطالعہ کریں۔

6۔ اکثر خواتین اعصابی تناؤ کے باعث سر درد، آنکھوں اور گردن کے پٹھوں میں کھچاؤ محسوس کرتی ہیں۔ آنکھوں کے مسلز کو آرام پہنچانے کیلئے ضروری ہے کہ سب سے پہلے آپ آرام دہ حالت میں کسی کرسی پر بیٹھ جائیں، ذہنی طور پر خود کو پرسکون رکھیں، ہر قسم کی فکر اور پریشانی کو ذہن سے نکال دیں۔ آنکھیں بند کرلیں۔ اب دائیں ہاتھ کی ہتھیلی کو دائیں آنکھ اور بائیں ہاتھ کی ہتھیلی کو بائیں آنکھ پر رکھ دیں۔ دونوں بازوؤں کی کہنیوں کو یا تو میز پر ٹکا دیں یا پھر انہیں گھٹنوں کو ملا کر ان پر رکھیں، ایسا کم از کم 10 سے 20 منٹ تک کریں۔ اس سے آپ خود کو ذہنی طور پر پرسکون محسوس کریں گی اور آپ کی آنکھوں کا تناؤ بھی کسی حد تک کم ہو جائے گا۔

گردن کے سکڑے ہوئے عضلات اور پٹھوں کو دوبارہ لچکیلا بنانے کیلئے صبح کے وقت آپ کسی ہوادار جگہ پر کھڑی ہو جائیں، گہرے گہرے سانس لیں۔ اس کے بعد سر کو پہلے بائیں جانب جس قدر لے کر جاسکیں موڑیں، پھر واپس سیدھی پوزیشن میں لے آئیں، اس کے بعد دائیں جانب جس قدر گردن کو موڑ سکیں، موڑ دیں۔ اس ورزش کو کم از کم 5 سے 10 منٹ کریں۔ اس سے آپ کی گردن اور ریڑھ کی ہڈی کا اوپری حصہ آرام محسوس کرنے لگے گا۔ گردن کے پٹھوں کا کھنچاؤ بھی ٹھیک ہو جائے گا۔

ان سب باتوں پر عمل کرکے یقیناً آپ تھکاوٹ سے دور ہوسکتی ہیں۔ خود کو بہتر محسوس کریں گی اور اپنے گھریلو کاموں کو خوش دلی سے سرانجام دینے کی کوشش کرسکتی ہیں۔

کراماتی تیل اور نسوانی حسن

محترم حکیم صاحب! میں بے شمار علاج کرکے تھک گئی تھی۔ میری والدہ جوڑوں کے درد کیلئے یہ **''کراماتی تیل''** لائیں تھیں۔ اچانک میرے ذہن میں خیال آیا اور میں نے یہ تیل نسوانی حسن کو بڑھانے کیلئے سوتے وقت مالش کرنی شروع کردی اور ابھی تک کر رہی ہوں حیرت انگیز فرق پڑا ہے۔

(فرحت ذوق)

غم اور رنج کو دور کرنے کیلئے

سورۂ طلاق کی روزانہ تلاوت کرنے سے انسان کا رنج و غم دل سے دور ہوتا ہے اور سکون ملتا ہے۔ ہر عمل کو پڑھنے کیلئے نماز کی پابندی ضروری ہے۔ **(عبدالقادر، کراچی)**

لیڈی ڈاکٹر لیمس محمود ملک

سردی گئی‘ احتیاط کی طرف آئیں

بچے کی جلد خشک ہوتی ہے اوراس پر شدید خارش ہوتی ہے جس کے نتیجے میں زخم اور انفیکشن پھیل جاتے ہیں۔ سردی کا موسم چونکہ جلد کو اور زیادہ خشک کرتا ہے اس لیے خشکی کی وجہ سے یہ بیماری شدت اختیار کر لیتی ہے اس کیلئے ماؤں کیلئے چند احتیاطی تدابیر ہیں

مارچ کے موسم میں جہاں نزلہ‘ زکام‘ کھانسی بخار سے انفیکشن وغیرہ اور دیگر بیماریاں زیادہ ہوتی ہیں وہاں جلدی بیماریوں کے لحاظ سے بھی یہ موسم نہایت اہم ہے۔

بہت سی ایسی جلدی بیماریاں ہیں جو اس موسم میں شدت پکڑ لیتی ہیں اوراس سلسلے میں خصوصی احتیاط اور بروقت علاج سے ہی ان کا تدارک کیا جاسکتا ہے۔ اس سلسلے میں سب سے پہلے جس جلدی بیماری کا ذکر خصوصیت سے کیا جائے گا وہ ہے وراثتی چنبل یہ عام طور پر خاندانی بیماری ہوتی ہے یعنی جن لوگوں کے خاندان میں دمہ‘ الرجی ‘چھینکوں کا آنا‘ پرانا نزلہ اور چنبل کا مرض موجود ہوتا ہے ان میں یہ زیادہ ہوتی ہے۔ عام طور پر چھوٹے بچوں میں شروع ہوتی ہے۔ مگر بڑی عمر میں بھی ہوسکتی ہے۔

بچے کی جلد خشک ہوتی ہے اوراس پر شدید خارش ہوتی ہے جس کے نتیجے میں زخم اور انفیکشن پھیل جاتے ہیں۔ یہ موسم چونکہ جلد کو اور زیادہ خشک کرتا ہے اس لیے خشکی کی وجہ سے یہ بیماری شدت اختیار کر لیتی ہے اس کیلئے ماؤں کیلئے چند احتیاطی تدابیر یہ ہیں کہ بچے کی جلد کو چکنا رکھیں اس کیلئے بہترین چیز وائٹ پٹرولیم جیل جسے عرف عام میں سادہ ویزلین بھی کہا جاتا ہے یہ رنگ اور خوشبو سے پاک ہے اور بچے کی حساس جلد کیلئے بہترین ہے۔ بچے کو نہلانے کیلئے کسی اچھے موئسچرائزنگ صابن کا انتخاب کریں۔ عام جراثیم کش صابن استعمال ہرگز نہ کریں کیونکہ یہ جلد کو اور خشک کرتے ہیں نہ ہی کبھی پانی میں جراثیم کش ادویات یا نیم وغیرہ ڈال کر نہلائیں۔ نہانے کے بعد گیلے جسم پر ہی سادہ ویزلین مل لیں تاکہ جسم کی نمی اڑنے سے پہلے ہی محفوظ رہے۔ اس کے علاوہ صرف کاٹن کے کپڑے استعمال کریں۔ ریشمی نائلون یا مکس کپڑا نہ پہنائیں۔ کاٹن کے کپڑے پہن کر ضرورت محسوس ہو تو سویٹر پہنا جاسکتا ہے۔ اسی طرح بستر کی چادریں کاٹن کی ہوں۔ خاص طور پر آگ کے بالکل سامنے نہ بیٹھیں کیونکہ یہ بھی جلد کو مزید خشک کردیتی ہے۔ یہی تدابیر بڑوں کیلئے بھی ہیں ان لوگوں کیلئے بھی جن کو وراثتی چنبل تو نہیں مگر ان کی جلد قدرتی طور پر کچھ خشک ہے۔ ایسے لوگوں کو بھی مارچ کے موسم میں احتیاط کرنا لازمی ہے۔ اس کے علاوہ سردی کے موسم میں ایسی بیماریاں بھی بڑھ جاتی ہیں جو Over Crowding یا زیادہ قریب رہنے سے پھیلتی ہیں ان میں سب سے اہم بیماری متعدی خارش یا Scabies ہے۔ یہ خارش جب تیزی سے پھیلتی ہے تو پورے خاندان بلکہ پورے محلے بلکہ بعض دفعہ تو پورے کے پورے گاؤں کو اپنی لپیٹ میں لے لیتی ہے۔ یہ بیماری ایک چھوٹے سے کیڑے جسے Scabies Mite کہتے ہیں سے پھیلتی ہے اور ایک سے دوسرے شخص کو ساتھ بیٹھنے‘ اٹھنے ہاتھ ملانے‘ ایک دوسرے کے کپڑے اور بستر وغیرہ استعمال کرنے سے منتقل ہوتی ہے۔

اس میں خاص طور پر رات کے وقت زیادہ خارش ہوتی ہے گو کہ خارش سارا دن بھی ہوسکتی ہے اس کے علاوہ ہاتھوں بازوؤں، پیٹ‘ ٹانگوں اور مخصوص اعضا پر دانے بنتے ہیں جو شدید صورتوں میں پیپ سے بھر سکتے ہیں بچوں میں یہ بہت تیزی سے پھیلتی ہے اور چہرہ پر بھی آسکتی ہے جیسا کہ ظاہر ہے اس کیلئے ہمیں تمام گھر والوں کا اکٹھے علاج کرنا پڑتا ہے نہیں تو خارش ختم نہیں ہوتی اگر گھر کے ایک فرد کو بھی خارش ہو تو سب گھر والے چاہے انہیں خارش ہو یا نا ہو ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق دوا استعمال کریں کیونکہ جراثیم یا کیڑا سب میں پہنچ چکا ہوتا ہے۔ اگر گھر کا ایک فرد بھی دوا لگائے بغیر رہ جائے تو وہ باقی گھر والوں کو دوبارہ خارش کا مرض دینے کا سبب بن سکتا ہے۔ اس کے علاوہ پہننے کے کپڑے‘ بستر کی چادریں‘ تولیے وغیرہ کو اچھی طرح دھو کر تیز دھوپ میں سکھانا چاہیے تاکہ ان میں موجود جراثیم کا خاتمہ ہوسکے۔

یہ تھی وہ چند جلدی بیماریاں جو اس موسم میں خاص طور پر زیادہ ہوتی ہیں اور چند احتیاطی تدابیر سے ان کی شدت میں کمی لائی جاسکتی ہے۔ کسی قسم کی جلدی تکلیف کی صورت میں فوری طور پر ماہر امراض جلد سے رجوع کرنا چاہیے۔ گھریلو ٹوٹکے اور سنی سنائی بات پر اعتبار کر کے مختلف ٹیوبیں وغیرہ استعمال کرنے سے نقصان اور تکلیف کے بڑھنے کا احتمال زیادہ ہوتا ہے۔

ایسے لوگ جن کی جلد خشک اور حساس ہو انہیں بھی اس موسم میں خصوصی احتیاط کی ضرورت ہے۔

ان میں کچھ تدابیر تو وہی ہیں جو وراثتی چنبل کے مریضوں کیلئے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ کہ جلد کو مختلف قسم کے کیمیکلز صابنوں اور ڈٹرجنٹ وغیرہ سے بچائیں۔ گھر کا کام کرنے والی خواتین بالخصوص برتن دھونے‘ کپڑے دھونے اور صفائی وغیرہ کے کام میں احتیاط کریں اگر جلد حساس ہے تو ایسے کام حفاظتی دستانے پہن کر کریں۔ کام ختم کر کے فوراً ہاتھ دھولیں اور کوئی تیل یا پٹرولیم جیل وغیرہ ہاتھوں پر لگالیں۔

(بقیہ: مقدمہ باز شخص کا انجام)

بند کردی گئی۔ سوچنے کا مقام ہے کہ ایک شخص نے ساری زندگی مخلوق خدا کو مقدموں میں الجھائے رکھا۔ حق ناحق شہادتیں دیں۔ جھوٹے مقدمات بنائے مگر آخرت کو بھول گیا۔ اس وقت قبر یا د نہ رکھی کہ زمین جگہ نہیں دے گی۔ کاغذوں سے بھرا تھیلا گھر پڑا جو عدالتوں میں لے جاتا تھا۔ مگر اعمال کا تھیلا بالکل خالی ہے۔ موت انتہائی قریب ہے۔ کیا ہمارے تھیلا میں اعمال ہیں یا صرف کاغذوں سے بھرا پڑا ہے۔

سانولی رنگت کیلئے لوشن

جن لوگوں کے چہرے کی رنگت سانولی ہو ایسا صابن استعمال کریں جس میں جلد کو نرم کرنے والا کوئی روغن یا کریم شامل ہو۔ غسل کے بعد چہرے اور ہاتھوں پر درج ذیل لوشن لگائیں۔ بادام روغن ایک حصہ‘ گلیسرین آدھا حصہ‘ عرق گلاب 2 حصے‘ عرق لیموں چند بوندیں۔ (ماریہ‘ لاہور)

شدید زخموں سے آرام: سورۂ طلاق کا تین دن تک تین مرتبہ پڑھ کر شدید زخموں پر دم کرنا اللہ تعالیٰ کے فضل سے زخموں کو بہت جلد اچھا کرتا ہے۔ (قاسم محمود)

جب ٹریفک بلاک ہو

جب ٹریفک بلاک ہو اور راستہ نہ مل رہا ہو تو اپنی سواری پر بیٹھے بیٹھے یقین کے ساتھ رَبِّ سَلِّمْ سَلِّمْ پڑھیں اور پڑھتے جائیں۔ اللہ تعالیٰ غیب سے راستہ بنادیتے ہیں۔

☆ عشاء کے وتروں میں پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ نصر اور دوسری رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ‘ سورۂ لہب اور تیسری رکعت میں بعد فاتحہ سورۂ اخلاص پڑھیں۔ انشاء اللہ دانت اور کان کی تکلیف نہ ہوگی۔ (مہوش اسلم لاہور)

ربیع الثانی میں خاتمہ بالخیر کی گارنٹی

اس ماہ کی پانچویں شب کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 9 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پروردگار عالم ان نوافل کی مداومت کرنے والے کو جنت الفردوس میں جگہ عطا فرمائیں گے۔ (انشاء اللہ)

ربیع الثانی اسلامی قمری سال کا چوتھا مہینہ ہے۔ یہ بڑی فضیلت اور برکت والا مہینہ ہے۔ اس ماہ کو ربیع الآخر بھی کہا جاتا ہے۔ ربیع الثانی کے مہینہ میں نوافل و وظائف کا پڑھنا بے شمار ثواب حاصل کرنے کا باعث ہے۔

اس ماہ کے نوافل حسب ذیل ہیں جو اکثر صوفیاء پڑھتے رہے ہیں۔

شب اول کے نوافل: عابدوں کا کہنا ہے کہ جب ربیع الثانی کا چاند نظر آجائے تو اس کی شب اول میں بعد نمازِ مغرب آٹھ رکعت نفل دو دو رکعت کرکے پڑھے اور پہلی رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۃ الکوثر تین بار اور دوسری میں سورۃ الکافرون تین بار پھر تیسری چوتھی، پانچویں، چھٹی، ساتویں، آٹھویں رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین بار ہر رکعت میں پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو بے شمار ثواب ملے گا اور بے شمار نمازوں کا اجر عطا ہوگا۔

پانچویں شب: اس ماہ کی پانچویں شب کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 9 مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ پروردگار عالم ان نوافل کی مداومت کرنے والے کو جنت الفردوس میں جگہ عطا فرمائیں گے۔ (انشاء اللہ)

چار رکعت نفل: جواہر غیبی میں ہے کہ اس مہینہ کی پہلی، پندرہویں، انتیسویں تاریخوں میں چار رکعت نفل پڑھے۔ ہر رکعت میں سورۂ الفاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پانچ بار پڑھے۔ اس کے لیے ہزار نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہزار برائیاں مٹائی جاتی ہیں۔ انشاء اللہ پروردگار عالم روزِ محشر مغفرت فرمائیں گے۔

انجام بخیر کا وظیفہ: جو شخص پورا ماہ بعد نماز عشاء یہ وظیفہ روزانہ گیارہ سو گیارہ مرتبہ پڑھے گا وہ موت کے وقت کلمہ پڑھتا ہوا اس دنیا سے رخصت ہوگا۔ بعض بزرگوں کا کہنا ہے کہ اس وظیفے میں خاتمہ بالخیر کی بے حد تاثیر ہے۔ اس وظیفہ سے خاتمہ بالخیر ہوتا ہے۔ **فَاطِرَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ اَنْتَ وَلِیّٖ فِی الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَةِ تَوَفَّنِیْ مُسْلِمًا وَّاَلْحِقْنِیْ بِالصّٰلِحِیْنَ** (سورہ یوسف: 101)

ترجمہ: اے آسمانوں اور زمینوں کے پیدا کرنے والے دنیا اور آخرت میں تو ہی میرا رفیق ہے، تو مجھ کو اپنی فرمانبرداری میں دنیا سے اٹھالے اور مجھ کو اپنے نیک بندوں میں داخل کرلے۔

بابرکت دعا:۔ ماہ ربیع الثانی نہایت افضل مہینہ ہے اور اس ماہ میں زیادہ سے زیادہ درود پاک پڑھنا چاہئے۔

ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ ایک بار اسرافیلؑ حضور نبی کریم ﷺ کے پاس آئے اور کہا **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُلِلّٰه وَلَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ عَدَدَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ وَمِثْلَ مَاعَلِمَ اللّٰهُ** ایک بار پڑھے گا اللہ اس کو ان لوگوں کے زمرہ میں لکھے گا جو خدا کی بکثرت یاد کرنیوالے ہیں اور وہ رات و دن خدا کی یاد میں لگے رہنے والوں سے بھی افضل ہوجائے گا اور یہ کلمات اس کیلئے جنت میں داخلہ کا ذریعہ بن جائیں گے اور جس طرح درخت کے پتے جھڑتے ہیں اسی طرح اس کے گناہ جھڑ جائیں گے اور خدا کی اس پر نظر رہے گی اور اس کو دوزخ کا عذاب نہ دے گا اور حدیث میں آیا ہے کو کوئی **سُبْحٰنَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُلِلّٰه وَلَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ وَلَاحَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ عَدَدَ مَافِی عِلْمِ اللّٰهِ وَدَوَامِ مُلْكِ اللّٰهِ** پڑھے گا دنیا اور اہل دنیا چاہے ختم ہو جائیں لیکن اس کے پڑھنے والے کا ثواب نہ ختم ہوگا۔

دستوں کا فوری علاج

اگر کسی شخص کو دست کا عارضہ لاحق ہو تو وہ ایک پیالہ دودھ لے کر منہ سے لگالے جبکہ دوسرا شخص ایک لیموں لے کر اس کا رس دودھ میں ٹپکا تا رہے۔ اس دوران متاثرہ شخص دودھ برابر پیتا رہے دست روکنے کا تیر بہدف نسخہ ہے

ناک کی ہڈی کا بڑھ جانا

نیم کے تھوڑے سے تازہ پتے لے کر انہیں پانی میں جوش دے لیں پھر اس گرم پانی کو چھان کر اس میں ذرا سا نمک ملائیں اور اس پانی کو ناک کے نتھنوں میں اس طرح ڈالیں جیسا کہ وضو کرتے وقت ڈالتے ہیں۔ دس بارہ دن تک یہ علاج جاری رکھیں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا اور ناک کی ہڈی کا بڑھنا رک جائے گا۔ **(صائمہ طارق، شرقپور شریف)**

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 6 مارچ بروز اتوار صبح 9 تا 11 بجکر 10 منٹ تک‘ 16 مارچ بروز بدھ سہ پہر 3 بجکر 13 منٹ سے لیکر 4 بجکر 5 منٹ تک‘ 25 مارچ بروز جمعہ صبح 11 بجے سے 12 بجکر 23 منٹ تک **یَا اَللّٰهُ یَانُوْرُ یَابَاعِثُ** پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**- خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہوکر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہمارے ابو نے عبقری کے دفتر سے عبقری رسالہ خریدا تھا۔ ان کا مسئلہ یہ تھا کہ ہم بہن بھائیوں کی شادی میں رکاوٹ تھی۔ ان کا کہنا یہ ہے کہ میں نے روحانی محفل باقاعدگی سے کرنا شروع کردی اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے ہماری شادی ہوگئی۔ ہمیں یہ پتہ نہیں تھا کہ ہمارے ابو نے روحانی محفل کی ہے۔ جب ہمارے ابو نے ہمیں بتایا کہ یہ سب کچھ روحانی محفل کی برکت سے ہوا ہے تو ہم نے بھی باقاعدگی سے روحانی محفل کرنا شروع کردی۔ ہمیں بہت زیادہ فائدہ ہوا ہے بہت سکون ملتا ہے ہر پریشانی دور ہوجاتی ہے۔ **(علیشاہ، لاہور)**

حضرت طاہر بندگی لاہوری کے وظائف

اگر کسی پر جادو کا اثر ہوتو باوضو اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد سات بار آیۃ الکرسی اوراذان اور تکبیر کے کلمات پڑھے آخر میں تین بار درود شریف پڑھے اور پانی پر دم کرکے وہ پانی سحر یا جادو میں مبتلا شخص کو چار وقت پلائیں۔

نیا درخت یا کھیت میں بیج پھینکتے وقت

اگر کوئی شخص کسی پھل کا نیا درخت لگاتا ہے یا سایہ کیلئے درخت لگاتا ہے اور چاہتا ہے کہ درخت محفوظ طریقے سے پروان چڑھے یا کھیتی میں ہل چلا کر بیج پھینکتا ہے اور چاہتا ہے کہ بیج ضائع نہ ہو اور فصل اچھی ہو اور ہر قسم کے موذی جانوروں سے محفوظ رہے تو اس کے لیے مندرجہ ذیل کلمات باوضو پڑھے۔ جب درخت لگا رہا ہو مسلسل پڑھتا رہے اسی طرح جب بیج کھیت میں پھینک رہا ہو برابر پڑھتا رہے۔ انشاء اللہ درخت ہر طرح سے محفوظ رہے گا اور فصل بھی ہر طرح سے محفوظ رہے گی اور خوب پیداوار ہوگی وہ کلمات یہ ہیں

اَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللّٰهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ اَصْلُهَا ثَابِتٌ وَّ فَرْعُهَا فِي السَّمَآءِ o تُؤْتِيْ اُكُلَهَا كُلَّ حِيْنٍ ۢ بِاِذْنِ رَبِّهَا ط (سورہ ابراہیم آیت 25)

سوتے میں بچے کا ڈرنا

اگر کوئی بچہ یا بڑا سوتے میں ڈر کر اٹھ جاتا ہو یا اسے سوتے وقت ڈر لگتا ہو تو اس کے لیے باوضو اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین بار سورۃ الزلزال (مکمل سورت) پڑھے اس کے بعد مندرجہ ذیل آیت تین بار پڑھے۔ آخر میں تین بار درود شریف پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کرے اور وہ پانی مریض کو پلادے اور مریض کے بستر پر بھی چھڑک دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ تین دن یا سات دن عمل کرنے سے ڈر خوف ختم ہوجائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:

وَمَنْ يَّتَوَكَّلْ عَلَى اللّٰهِ فَهُوَ حَسْبُهٗ ط اِنَّ اللّٰهَ بَالِغُ اَمْرِهٖ ط قَدْ جَعَلَ اللّٰهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا ط (الطلاق 3)

تہجد نصیب ہونے کیلئے

تہجد شروع کرنے سے پہلے یہ کلمات دس دس بار پڑھیں۔

اَللّٰهُ اَكْبَرُ، سُبْحَانَ اللّٰهِ، اَللّٰهُمَّ اغْفِرْ لِيْ، اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ، اَعُوْذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ۔

پھر تہجد کی دو رکعت ادا کریں۔ اس طرح کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین بار سورۂ اخلاص۔ دوسری رکعت میں سورۂ اخلاص ایک بار پڑھ کر دونوں رکعات مکمل کرلیں۔ کم درجہ تہجد کا دو رکعت ہے۔ زیادہ بارہ رکعت، آٹھ رکعت بھی پڑھ سکتے ہیں۔ سوتے وقت سبحان اللہ، الحمدللہ 33 بار اور اللہ اکبر 34 بار پڑھا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے تہجد کی نماز پڑھنا نصیب ہوجائے گی۔

جادو سے نجات

اگر کسی پر جادو کا اثر ہو تو باوضو اول تین بار درود شریف پڑھے بعد اس کے سات بار آیۃ الکرسی اور اذان اور تکبیر کے کلمات پڑھے آخر میں تین بار درود شریف پڑھے اور پانی پر دم کرکے وہ پانی سحر یا جادو میں مبتلا شخص کو چار وقت پلائیں۔ مثلاً صبح ناشتے سے پہلے، دوپہر گیارہ بجے، بعد نماز عصر، سوتے وقت یہ پانی پلائیں۔

ظالم کے شر وفتنہ سے حفاظت اور نجات کیلئے

جب ظالم چاروں طرف سے نئے نئے طریقوں سے تنگ کرنے لگیں اور ستانے اور نقصان پہنچانے کا موقع خالی نہ چھوڑتے ہوں ایسے موذی دشمنوں سے حفاظت کیلئے مندرجہ ذیل عمل کافی ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے دشمن ہمیشہ ناکام رہے گا اور اللہ نے چاہا تو جلد دفع ہوجائے گا۔ **وہ عمل یہ ہے:۔**

بعد نماز عشاء باوضو اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین سو بار یہ آیت پڑھے:

اِنَّمَآ اَشْكُوْا بَثِّيْ وَحُزْنِيْٓ اِلَى اللّٰهِ ط (سورۂ یوسف، 86) اس کے بعد 575 بار یہ آیت پڑھے:۔

حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ ط (آل عمران 173)

پڑھے اس کے بعد 112 مرتبہ سورۃ لایلف قریش پڑھے۔ آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر رو رو کر گڑگڑا کر اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگے اور دشمنوں کی اصلاح اور ہدایت کی دعا کرے اور ان کے شر سے حفاظت کی دعا مانگے اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے دشمن کا ہر داؤ بیکار ہوجائیگا۔

پنڈلیوں اور ٹانگوں کے پٹھوں کا بیکار رہنا

اگر خدانخواستہ کسی کی ٹانگوں کے پٹھے کمزور ہوگئے ہوں اور بار بار پنڈلیوں کی ایک نس دوسری پر چڑھ جاتی ہے یا پٹھوں کی کمزوری کے سبب چلنے میں دشواری ہوتی ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔

کالے تلوں کا تیل آدھا کلو کسی لکڑی کے کولہو سے نکلوائیں۔ تیل کیلئے تل اتنی مقدار میں لیں کہ ان کا آدھا کلو تیل نکل آئے۔ اس تیل کو کسی بڑی بوتل میں رکھ لیں جس میں ڈھکن یا کارک لگا ہو۔ اس بوتل پر گیارہ ہزار بار باوضو یہ کلمات پڑھ کر دم کریں۔ اگر ایک نشست میں پڑھنا مشکل ہو تو ایک ہزار بار پڑھ کر دم کرکے بوتل کا منہ ڈھکن یا کارک سے بند کردیں اسی طرح ایک بیٹھک میں ایک ہزار بار پڑھ کر دم کریں۔ جب تعداد گیارہ ہزار پوری ہوجائے تو اس تیل میں سے تھوڑا سا تیل روٹی پر لگا کر وہ روٹی کھائیں اور تھوڑا تھوڑا تیل گھٹنوں اور پنڈلیوں پر مالش کریں۔ انشاء اللہ ٹانگوں کی رگ اور پٹھے مضبوط ہوجائیں گے اور چلنا پھرنا آسان ہوجائے گا۔

وہ کلمات یہ ہیں:۔ كُلُّ شَيْءٍ يَرْجِعُ اِلٰى اَصْلِهٖ

تپ دق (ٹی بی) کا علاج

تپ دق (ٹی۔ بی) جان لیوا مرض ہے۔ اس کے علاج میں بڑی احتیاط کی ضرورت ہے۔ اس کیلئے مندرجہ ذیل کلمات باوضو عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے لکھیں اور لکھنے کیلئے چینی کی پلیٹ بغیر پھول والی استعمال کریں۔ روزانہ تین وقت تین پلیٹ پانی سے دھو کر مریض کو استعمال کرائیں۔

صبح فجر کی نماز کے بعد۔ بعد نماز عصر۔ بعد نماز عشاء۔

جب تک مریض پوری طرح صحت یاب نہ ہوجائے برابر پلاتے رہیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ ٹی بی کے مرض سے نجات حاصل ہوگی اور مریض تندرست ہوجائے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

الٓرٰ قف تِلْكَ اٰيٰتُ الْكِتٰبِ الْمُبِيْنِ (یوسف 1)۔ اَلرَّحِيْمُ۔ اَلرَّحِيْمُ۔ اَلرَّحِيْمُ۔

کان، ڈاڑھ درد کیلئے اکسیر

السلام علیکم حکیم صاحب! بندہ اپنے حقیر سے دو نسخے پیش کرتا ہے۔ **ھوالشافی:** چونا اور نوشادر برابر وزن پیس کر رکھ لیں۔ سر درد، نزلہ زکام اور ڈاڑھ، کان درد کیلئے اکسیر ہے۔ تین چار مرتبہ سونگھنے سے درد ختم ہوجاتا ہے۔

ھوالشافی: موت کے سوا ہر مرض کا علاج کلونجی سات دانے، ثابت مسر تین دانے کیپسول میں بھر کر صبح شام پانی کے ساتھ دیں۔ (**حکیم مجاہد محمد اسلم، خانیوال**)

امرود کے چشم کشا فائدے

محمد مدثر، لاہور

ایک جج میرے پاس علاج کی غرض سے آئے اور دائمی قبض کی شکایت کی بندہ نے ادویات کیساتھ امرود کھانے کو کہا انہوں نے ادویات ختم کر کے صرف امرود کھانے شروع کر دیئے اور دائمی قبض سے نجات مل گئی کہنے لگے کہ آپ نے خوب مزے دار علاج بتایا

ہوشربا خواص: خالق لم یزل نے انسان پُرنسیان کیلئے عظیم انعامات پیدا فرما کر اس کی خدمت میں ڈال دیئے ہیں تاکہ یہ انسان انعامات ایزدی کو استعمال کر کے زبان شکر سے رب العالمین کو یاد کرے۔ امرود کے بارے میں کون نہیں جانتا' مشہور عام پھل اور خاص نمک مرچ لگا کر خوب مزے سے کھاتے ہیں اور اس کی مہک اور خوشبو بھی دل کو فرحت دینے کا باعث ہے امرود کی اعلیٰ قسم الہ آباد بھارت میں ہے جس کی نظیر نہیں لیکن قدرت نے پاکستان کو اس اعلیٰ نعمت سے نوازا ہے پاکستان میں لاڑکانہ اور کوہاٹ کے امرود بے مثال ہیں۔

عام طور پر میرے تجربات اور مشاہدات کے مطابق بہتر امرود وہ ہے جو خوشبودار ہلکا پیلا سفید اور نرم ہو لیکن فوائد کے لحاظ سے امرود کو دو اقسام میں پرکھتے ہیں۔

(الف) سخت کچا گلابی جس کے اندر رتشی ہو۔

(ب) سفید' زرد یا شیریں امرود یہ دوسری قسم ہے۔

پہلے ہم قسم الف کے فوائد عرض کرتے ہیں

زکام: اس قسم کے امرود زکام کا بہترین علاج ہوتا ہے جب مریض کا بلغم پک کر نہیں نکلتا گلے میں خراش اور پانی بہتا ہے تو اس صورت میں اس کا استعمال بہت مفید ہے یہ بلغم کو خارج کرنے میں معاون ثابت ہوتا ہے۔

ٹانسلز: جب گلے کے غدود متورم ہو جائیں اور نگلنے میں مشکل ہو تو ایسی صورت میں امرود الف کورا کھ یا بھوبھل میں دبا کر رکھیں جب پک جائے تو صاف کر کے کاٹ کر نیم گرم کھلائیں اس سے گلے کی ورم کم ہو جاتی ہے اور بلغم پک کر نکلتا ہے اگر یہی ترکیب بچوں کی کھانسی کیلئے استعمال کرائی جائے تو بچوں کی کھانسی کو بہت زیادہ مفید ہے۔

اسہال دیرینہ: ایک مریض مطب میں دیرینہ اسہال کی شکایت لے کر آئے ان کو اسہال کے دورے پڑتے تھے کھانا کھانے کے فوراً بعد اسہال کی شکایت تھی جگہ جگہ علاج کرا کر تھک گئے اور مزید علاج سے گھبراتے تھے بندہ نے امرود الف کھانے کا مشورہ دیا کچھ عرصہ کے بعد ملے بہت خوش تھے۔ اس طرح ایک مریض کو امرود کی چھال چھل کر رات کو پانی میں بھگونے کو کہا۔ کہنے لگا اس سے کیا ہوگا؟ میں نے کہا کہ استعمال کے بعد فوائد ملحوظ کریں یعنی امرود کی چھال رات کو کوٹ کر بھگو دیں صبح نہار منہ وہی پانی پی لیں اور غذا میں اوجڑی کھائیں مزمن اور حاد پرانے اور گرم اسہال کیلئے انتہائی مفید ہے۔

قسم ب:۔ یہ قسم ہمہ صفت کامل ہے۔

دائمی قبض: ایک جج میرے پاس علاج کی غرض سے آئے اور دائمی قبض کی شکایت کی بندہ نے ادویات کے ساتھ امرود کا کہا انہوں نے ادویات ختم کر کے صرف امرود کھانے شروع کر دیئے اور دائمی قبض سے نجات مل گئی کہنے لگے کہ آپ نے خوب مزے دار علاج بتایا۔

آنتوں کی خشکی: اکثر مریض معدے اور آنتوں کی خشکی کی شکایت کرتے ہیں ایسے مریضوں کو جب قسم ب امرود بتائے تو حیرت انگیز طریقے سے ان کی خشکی کا ازالہ ہوا اور مزید یہ کہ اس خشکی کی وجہ سے دیگر اثرات بد بھی بتدریج ختم ہوتے گئے۔

پیشاب کی تکلیف: جب گرمی اور خشکی کی وجہ سے پیشاب کی نالیاں تنگ' متورم یا خشک ہو جاتی ہیں ایسی صورت میں جب ہم نے مریضوں کو امرود کھانا کھانے کے بعد (اس کا استعمال کھانے کے بعد ہی مفید ثابت ہوتا ہے) استعمال کرائے تو وہ تمام علامات جو کہ پیشاب کی تکلیف کی صورت میں لاحق ہوئی تھیں ختم ہو گئیں اور پیشاب کا قطرہ قطرہ آنا' رک جانا وغیرہ تکلیف کا آسانی سے ازالہ ہو گیا۔

بواسیر: اب تک جتنے بھی مریض بندہ کے پاس آئے ہیں سبھی کو امرود کھانے کو کہا جب بھی کسی نے امرود قسم ب استعمال کی خوب فائدہ ہوا' بواسیر چاہے خونی ہو یا بادی ہر دو کیلئے مفید اور مؤثر ہے۔ اس سے قبض اور خشکی رفع ہو جاتی ہے۔ مزید یہ کہ تیزابیت کے لیے بہت مفید ہے۔

گلے کا کینسر: ایک حکیم صاحب نے بتایا کہ ایک مریض کو نگلنے میں تکلیف ہوتی تھی اور غذا کے نگلنے میں بہت دقت ہوتی ڈاکٹروں نے گلے کے کینسر کا علاج کیا لیکن افاقہ نہیں تھا۔ ایک دن دعوت میں امرود کھا لیا کچھ افاقہ ہوا اور دوسرے دن اور کھائے اس سے مزید فائدہ ہوا اب تو انہوں نے اس علاج کو چھوڑ کر مسلسل امرود کھانے شروع کر دیئے کیونکہ ان کو وہ کیفیت سودا کی خلط کی وجہ سے تھا اس لیے افاقہ ہو گیا۔

انگوٹھی سے جلد ختم

سات سچے موتی لیں ہر ایک موتی پر باوضو سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے ایک بوتل میں ڈال دیں اور اس میں پانی بھر دیں

جادو کے اثر کا ختم ہونا' مریض کا تندرست ہونا

حضرت مولانا رشید احمد قدس سرہٗ جادو زدہ شخص کو یہ عبارت لکھ کر دیتے تھے۔ وہ نقش بنا کر موم جامہ کر کے گلے میں ڈال لیا کرتا تھا اور بفضل خداوندی ٹھیک ہو جاتا تھا۔

یاالٰہی رحم کن۔ کرم کن۔ برحال فلاں ابن فلاں

اَنْتَ الْغَفُوْرُ الرَّحِیْمُ اِنَّکَ سَمِیْعٌ مُّجِیْبٌ وَاِنَّکَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ

زیر زبر لگانے کی ضرورت نہیں۔ فلاں ابن فلاں کی جگہ جادو زدہ کا نام اور اس کی والدہ کا نام لکھنا چاہیے۔

سحر رفع ہونے کا طریقہ

حضرت مولانا رفیع الدین صاحب محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ مسحور پر باوضو تین مرتبہ سورہ فاتحہ' تین مرتبہ سورۂ اخلاص اور تین مرتبہ معوذتین پڑھ کر دم کرتے تھے۔ لگاتار سات دن اس عمل کی برکت سے سحر رفع ہو جاتا تھا۔ **(صفحہ نمبر 553)**

جادو سے نجات کا عمل

سات سچے موتی لیں ہر ایک موتی پر باوضو سات مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کر کے ایک بوتل میں ڈال دیں اور اس میں پانی بھر دیں۔ یہ پانی مریض کو صبح شام سات دن تک پلائیں۔ آٹھویں دن موتیوں میں سے ایک موتی کی انگوٹھی بنوا کر مریض کو پہنا دیں اور چھ موتی چھ الگ الگ کنوؤں میں ڈال دیں۔ کنواں مسجد کا ہو تو بہتر ہے۔ انشاءاللہ جادو کے اثرات زائل ہو جائیں گے اور آئندہ جب تک یہ انگوٹھی انگلی میں رہے گی جادو نہیں ہو سکے گا۔ **(صفحہ نمبر 560)**

سحر سے نجات کیلئے

جست کے ٹکڑے میں حروف مقطعات باوضو کندا کرا کے کسی جگ میں ڈال دیں اور پانی بھر لیں پھر یہ پانی صبح و شام سحر زدہ کو پلائیں۔ انشاءاللہ 29 دن میں سحر سے نجات مل جائیگی۔

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں''نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع' آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج —— طبی مشورے

مشورہ آپ کیلئے نہیں ✿ دو مسئلے ✿ کن پٹیوں میں درد ✿ معدہ اور بالوں کا مسئلہ ✿ دمہ مستقل بیماری نہیں ✿

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

مشورہ آپ کیلئے نہیں تھا

میری عمر پچیس سال ہے شادی کو پانچ سال ہوگئے ہیں اور میرے دو بچے ہیں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ شادی سے پہلے میں کافی دبلی پتلی تھی مگر پہلے بچے کی پیدائش کے بعد سے میرا وزن کافی بڑھ گیا ہے اور میرا وزن دن بدن بڑھ رہا ہے۔ خاص طور پر بازو اور پیٹ کی وجہ سے کافی پریشان ہوں۔ رسالے میں آپ نے کسی کو مشورہ دیا تھا معجون وبیدالورد، جوارش کمونی، عرق ملو، عرق کاسنی، عرق بادیان کا۔ پندرہ دن تک میں نے وہ استعمال کیا ان سب کے استعمال کرنے کے بعد کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔ براہ مہربانی آپ مجھے کوئی ایسا مشورہ دیں جس سے میری پریشانی (موٹاپن) کم ہوجائے میں آپ کی بہت مشکور ہوں گی۔ (طاہرہ، تربت)

مشورہ: وہ مشورہ آپ کیلئے نہیں تھا وہ ورم کا علاج ہے۔ موٹاپے کا نہیں آپ کیلئے بہترین مشورہ یہ ہے کہ آپ جسمانی ریاضت کریں یا دو گھنٹہ روزانہ کوئی بھاگ دوڑ والا کھیل یا ٹیبل ٹینس کھیلیں یا پھر تیز رفتاری پابندی سے کریں۔ غذائی قلت سے بچیں۔ ڈائٹنگ نہ کریں۔ اشتہاری دواؤں اور عطائیوں سے دور رہیں۔ غذا نمبر 6-5 استعمال کریں۔

بال گرنے کا نسخہ

میری عمر تقریباً 31 سال ہے اور میں غیر شادی شدہ ہوں بچپن سے ہی مجھے نزلہ زکام کی شکایت ہے ڈاکٹر کی دوائی استعمال کرنے سے وقتی طور پر کچھ فائدہ ہوجاتا ہے۔ لیکن مستقل طور پر ٹھیک نہیں ہوتا پیاس بہت لگتی ہے۔ ماتھے اور بازوؤں سے پسینہ بہتا ہے۔ میرے بازو کمزور ہوکر رہ گئے ہیں۔ دماغ پر بوجھ سا رہتا ہے اور ذہنی طور پر پریشان رہتا ہوں۔ اب سر کے بال گر رہے ہیں ساتھ ہی سر اور ڈاڑھی کے بال باریک ہوکر مکمل طور پر سفید ہوگئے ہیں جس کی وجہ سے میں اپنی عمر سے بہت بڑا نظر آتا ہوں۔ چہرہ مرجھا گیا ہے۔ کیا سفید بال کالے ہوسکتے ہیں؟ اگر طب کی دنیا میں ایسا ممکن ہے تو مجھے کوئی ایسا نسخہ تحریر کیجئے جس سے میرے سر اور ڈاڑھی کے بال کالے ہوسکیں اور مجھے ان بیماریوں سے نجات مل جائے۔ **(سراج الحق، کوہاٹ)**

مشورہ: آپ کے خط سے مجھے کافی سال پہلے کا ایک ذاتی مشاہدہ یاد آگیا۔ حکیم صابر ملتانی رحمۃ اللہ علیہ کے پاس ایک امریکن نوجوان آیا اور اس نے یہ ہی کچھ کہا جو آپ نے لکھا ہے کہ بال سفید ہیں کالے ہوجائیں وغیرہ......

حضرت صابر ملتانی رحمۃ اللہ علیہ مرحوم نے ایک نسخہ تجویز کیا جس کے استعمال سے اس امریکن نوجوان کے بال کالے ہوگئے تو اس سے ہمیں بھی یقین ہوا کہ سفید ہونے کے بعد بھی بال کالے ہوسکتے بنیادی بات تو یہ ہے کہ آپ پہلے زکام کو دور کریں عمدہ بنا ہوا جالینوس اصلی چھ چھ گرام غذا کے بعد کھائیں۔

اسطوخودوس چھ گرام ایک کپ پانی میں جوش دے کر چھان کر میٹھا کرکے پئیں صبح اور سوتے وقت۔

تین ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ چاول دودھ سے پرہیز ضروری غذا میں عمدہ بکرے کا گوشت اچھی طرح گلا کر اصلی خالص دیسی گھی میں پکائیں۔ بھون کر کھائیں بشرطیکہ خون میں کولیسٹرول نارمل ہو اور دو گھنٹے بھاگ دوڑ والا کھیل بھی ضرور روزانہ کھیلیں۔ اچھی غذا کھا کر آرام سے نہ بیٹھے رہیں بادام ضرور کھائیں۔ غذا نمبر 2-3 استعمال کریں۔

کن پٹیوں میں درد

میری عمر 17 سال ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری دور کی نظر کمزور ہے تقریباً (دو سے ڈھائی پوائنٹ) مجھے عینک لگی ہوئی ہے لیکن اسکے باوجود میرے سر میں اکثر درد ہوتا ہے۔ خاص طور کن پٹیوں میں شدید درد ہوتا ہے اور کبھی کبھی سو کے اٹھنے کے بعد میری آنکھوں کے آگے تھوڑی دیر کیلئے اندھیرا آجاتا ہے اور مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میں گرنے لگی ہوں مہربانی فرما کر اس کا کوئی حل بتائیں۔ **(ستارہ ڈار...... گوجرانوالہ)**

مشورہ: حب عنبر مومیائی اصلی بنی ہوئی ایک گولی صبح ایک گولی شام دودھ سے کھائیں۔ کحل الجواہر سوتے وقت آنکھوں میں لگائیں۔ ناشتہ میں بادام ضرور کھائیں یا بادام کا حلوہ کھائیں انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 6-5 استعمال کریں۔

دو مسئلے

میرا پہلا مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے نیچے حد سے زیادہ جھریاں اور حلقے ہیں میری عمر اٹھارہ سال ہے جو کہ نہ تو عمر کا مسئلہ ہے جو اتنی زیادہ جھریاں پڑ گئی ہیں۔ براہ مہربانی کوئی ایسا نسخہ تجویز کردیں کہ یہ جھریاں صاف ہوجائیں اور میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ اور ہاتھوں کا رنگ میرے باقی سارے جسم سے بالکل نہیں ملتا یعنی چہرے کا رنگ سانولہ ہے اور باقی جسم کا بہت سفید ہے اور نیند بہت آتی ہے سونے کی بہت کوشش کرتی ہوں لیکن کافی دیر بعد آتی ہے۔ براہ مہربانی کوئی مناسب مشورہ دیں جس سے میرے یہ مسئلے حل ہوجائیں اور میں ذہنی سکون حاصل کرسکوں آپ کی مہربانی ہوگی۔ **(ثمن فراز۔ حافظ آباد)**

مشورہ: صبح بادام کشمش کھائیں۔ دوپہر، رات کو غذا کے بعد عمدہ انگور کھائیں پانی زیادہ پئیں۔ ہلکی پھلکی ورزش، کھیل کود بھی کریں خالص عمدہ شہد ہر غذا کے بعد ایک چمچی ضرور کھائیں، دودھ چاول، سرد اشیاء سے پرہیز کریں مگر دھوپ میں نہ جائیں۔ غذا نمبر 1-5 استعمال کریں۔

دمہ مستقل بیماری نہیں

میری عمر 23 سال ہے مجھے بچپن ہی سے الرجی یا نزلہ کی شکایت ہے۔ دھول مٹی اور دھوئیں سے میری ناک میں سوزش ہوتی ہے پھر ناک سے پانی کی طرح ریشہ بہنا شروع ہوجاتا ہے کبھی کبھی رات میں بھی ناک بہنا شروع ہوجاتی ہے جسے صاف کرنے کیلئے ایک دوپٹہ بھی ناکافی ہوتا ہے یہ ریشہ تھوکنے کے ساتھ ساتھ میرے سینے سے سیٹی جیسی آوازیں آتی ہیں سانس لینے میں دشواری محسوس ہوتی ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے۔ بادام اور چھوارے کھانے سے نزلہ تو ٹھیک ہوجاتا ہے لیکن سانس کی تکلیف بڑھ جاتی

ہے بیماری کی وجہ سے جسمانی اور ذہنی طور پر بہت کمزور ہوگئی ہوں مہربانی فرما کر ایسا نسخہ بتائیں جس کے باقاعدہ استعمال سے میں مکمل طور پر صحت یاب ہوجاؤں میری سانس کی بیماری دور ہوجائے۔ **(ش ب۔کراچی)**

مشورہ: یہ دمہ کی شکایت ہے کشتہ طلاء کلاں اصلی دو چاول عمدہ اصلی بنے ہوئے خمیرۂ ابریشم حکیم ارشد والا پر ڈال کر صبح کھائیں سوتے وقت لعوق صنوبر اصلی ایک چائے کی چمچی کھائیں۔ اسطوخودوس کا جوشاندہ دن میں دوبار پئیں شدید ضرورت پر انہیلر یا کوئی بھی علاج ہمراہ لیتی رہیں وہ تمام پرہیز کریں جو اس سلسلے میں ہم لکھتے ہیں اور غذا بھی ہمارے سابقہ مشوروں کے مطابق کھائیں۔ اس بات کا یقین رکھیں کہ اگر درست علاج میسر آجائے اور غذائی پرہیز اور سردی سے مکمل بچاؤ رہے تو شفاء یابی یقینی ہے۔ دمہ کوئی مستقل یا لاعلاج مرض نہیں ہے چونکہ غلط سلط علاج ہوتا رہتا ہے اکثر مریضوں کو تو پرہیز کا پتہ ہی نہیں ہوتا کہ کیا کرنا ہے۔ اکثر کے ذہن میں الرجی جیسا مبہم لفظ ہوتا ہے۔ وہ دھویں گرد سے ہی بھاگتا رہتا ہے۔ سردی گرمی خشکی تری کے بنیادی فلسفے سے اس کی واقفیت صفر ہوتی ہے تو بچاؤ اور پرہیز کیسا......؟ غذا نمبر 6-5 استعمال کریں۔

معدہ اور بالوں کا مسئلہ

میری عمر 19 سال ہے تقریباً تین سال سے میرے بال متواتر گر رہے ہیں اور بال اتنے زیادہ پتلے ہوچکے ہیں کہ میں نے بالوں کی کٹنگ بھی کروا دی کہ بال اڑنا بند ہوجائیں لیکن بالکل فرق نہیں پڑا آپ براہ مہربانی میرے بالوں کیلئے ایسی دوائی تجویز کردیں کہ میرے بال جلدی سے لمبے اور گھنے ہوجائیں کیونکہ بال چھوٹے بھی بہت ہیں اور میرے بالوں میں کبھی کبھار خشکی بھی ہوجاتی ہے۔ میرے بھائی کے بالوں کا بھی یہی مسئلہ ہے کیا وہ بھی وہی دوائی استعمال کرسکتا ہے جو آپ مجھے تحریر کریں گے' میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے معدے کی تکلیف بھی ہے کھانا کھانے کے بعد جلن محسوس ہوتی ہے تلی ہوئی چیز دیکھنے سے بھی دم گھٹتا ہے بھوک لگتی بہت ہے لیکن جب کھانا کھاتی ہوں تو سکون نہیں ملتا' صحت پر بھی اثر پڑ رہا ہے کمزور ہوتی جارہی ہوں ڈیپریشن بہت جلدی آجاتا ہے' معدے کی تکلیف تقریباً ایک سال سے ہے۔ **(ارم خان......سیالکوٹ)**

مشورہ: آپ معدے کے علاج کی طرف توجہ دیں' معدے کے ٹھیک ہونے پر دوبارہ لکھیں' نظام ہضم ٹھیک نہ ہو تو غذا سے غذائیت حاصل نہیں ہوتی جس کی وجہ سے کمزوری ہوکر بال گرنے لگتے ہیں رہی سہی کسر صابن اور شیمپو پوری کردیتے ہیں عمدہ قسم کے بادام خالص شہد زیتون کا تیل یا مکھن خالص عمدہ انگور غذا میں شامل رکھیں' روغن بادام شیریں خشک بالوں میں مالش کریں بشرطیکہ معدہ ہضم بھی کرے ورنہ پھر پہلے معدہ کا حال ہمیں تفصیل سے لکھیں' مرچ گرم مصالحے کھٹائی وغیرہ سے فی الحال پرہیز رکھیں۔ غذا نمبر 3-2 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین' جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی، بسکٹ کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ۔

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹ، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

مٹی سے آپ کے حسن میں نکھار

فہمیدہ سلطانہ، لیہ

چہرے کیلئے کریم بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ مٹی میں اتنا پانی ملالیں کہ گاڑھا گاڑھا پلاستر بن جائے۔ دھات یا پلاسٹک کا ڈبہ یا کوئی اوزار ہرگز استعمال نہ کریں۔ مٹی کئی اقسام کی ہوتی ہے اور ہر قسم کی مٹی میں پانی جذب ہونے کی مقدار مختلف ہوتی ہے

جس وقت سے کسی گم نام بزرگ نے شہد کی مکھی کے کاٹے پر مٹھی بھر گیلی مٹی لیپ ڈالی اسی وقت سے دھرتی ماتا کے بچوں نے مٹی کو صفائی اور علاج کیلئے استعمال کرنا شروع کردیا۔ ظاہر ہے اس سے بڑھ کر فطری بات اور کیا ہوسکتی ہے۔

مٹی ایک ایسی جیتی جاگتی سنگار کی چیز ہے جس میں بے شمار معدنیات ہیں۔ کیمیائی تجزیہ کرنے سے ظاہر ہوا ہے کہ اس میں لوہا، میگنیشیم، کیلشیم، سوڈیم اور پوٹاشیم ہے۔ صدیوں کی مہارت کی بدولت اب مٹی کئی رنگوں میں اور بے شمار کاموں کیلئے دستیاب ہے۔

سنگار کیلئے جو مٹی خریدی جاتی ہے وہ بنیادی طور پر انتہائی قدرتی کارروائی کے ذریعہ سے تیار ہوتی ہے۔ یعنی چٹان پر بارش کا عمل تحلیل ہوجانے والے پتھریلے ذرات کو تو پانی بہالے جاتا ہے اور باقی قوس قزح کی طرح انواع واقسام کے رنگوں میں رہ جاتا ہے رنگ کا انحصار ہوتا ہے معدنی حصے پر، نیلا، سبز، بھورا، سرخ اور سفید چکنی مٹی کی چمکدار سفیدی۔

مٹی کے بارے میں آپ کہہ سکتے ہیں کہ یہ قدرتی طور پر ایک ایسی حسن افزا شے ہے جو باہر سے اندر جا کر کام کرتی ہے گویا آپ کی بافتوں کیلئے ضیافت کا سامان فراہم کرتی ہے۔

مٹی کے استعمالات

مٹی کو بے شمار طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔

خشک سفوف کی شکل میں یہ بدبو دور کرتی ہے۔ آپ اسے خشک کرنے کیلئے بھی استعمال کرسکتے ہیں اور تیز کیمیائی چیزوں کے اثرات سے بھی محفوظ رہ سکتے ہیں اس سے داغ دھبے بھی نہیں پڑتے اگر اس میں نمک ملا لیا جائے تو یہ آپ کے دانتوں کی صفائی اور چمک کیلئے بہترین چیز ہے۔ اپنے جوتوں کو پیر کے لحاظ سے درست رکھنے کیلئے اور بدبو سے پاک کرنے کیلئے آپ اسے چھڑک سکتے ہیں۔

کچھ لوگ اسے چکنی چندیا کا بھی علاج سمجھتے ہیں۔ آپ خاص قسم کی چکنی مٹی میں پانی ملا کر لئی بنالیں اور سر پر اس کا پلاستر کرلیں۔ آدھے گھنٹے تک اسے سر پر رہنے دیجئے۔ پھر اچھی طرح سر دھوڈالیں۔

چہرے کیلئے کریم بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ مٹی میں اتنا پانی ملالیں کہ گاڑھا گاڑھا پلاستر بن جائے۔ دھات یا پلاسٹک کا ڈبا یا کوئی اوزار ہرگز استعمال نہ کریں۔ مٹی کئی اقسام کی ہوتی ہے اور ہر قسم کی مٹی میں پانی جذب ہونے کی مقدار مختلف ہوتی ہے۔ اگر تیار شدہ لئی بہت پتلی ہے تو اسے تھوڑی دیر تک چھوڑ دیجئے پانی خود بہ خود اوپر آجائے گا اور آپ اسے حسب ضرورت نتھار سکتے ہیں۔

اگر آپ کی جلد خشک ہے تو جتنا مٹی کا سفوف لیا ہے اتنا ہی تیل اس میں شامل کرلیجئے اور اگر آپ کی جلد روغنی ہے تو کسی خشک پھل یا ترکاری کا تھوڑا سا بھرتا ملا دیجئے تاکہ مٹی کے جذب کرنے کی قدرتی صلاحیت میں اضافہ ہوجائے۔ حساس جلد کی صفائی کی بھی ضرورت درپیش ہوتی ہے۔ مٹی میں پانی ملا لیجئے اور اسے خوب گاڑھا کرلیجئے پھر اس میں چائے کا ایک چمچہ شہد شامل کرلیجئے۔ انفرادی ضروریات کو پورا کرنے کیلئے مٹی کے مرکب میں جڑی بوٹیاں بھی شامل کی جاسکتی ہیں جلد کو نرم کرنے کیلئے سویا کو آزما کر دیکھیے۔ مسام اگر بہت بڑے ہوں تو انہیں کم کرنے کیلئے گھوڑے کی دم یا ایال کے بال شامل کیے جاسکتے ہیں۔ پورے جسم کو صاف کرنے کیلئے مٹی کا استعمال نہایت پرانے زمانے سے چلا آرہا ہے۔ یورپ اور افریقہ کے معدنی چشموں پر ہر سال ہزاروں لوگ صحت حاصل کرنے کیلئے جمع ہوتے رہتے ہیں۔ گرم گرم مٹی کا پلاستر جسم پر لگا کر لوگ سکون سے لیٹ جاتے ہیں پھر جب پلاستر اتار دیا جاتا ہے اور جسم کو لیے سے خوب رگڑ رگڑ کر ملا جاتا ہے تو جلد صاف اور تازہ ہوجاتی ہے۔ یورپ میں گنٹھیا کے مریض مٹی کے صحت بخش اثرات کا بے حد چرچا کرتے ہیں۔

بھاپ لینے کا طریقہ

ایک کھلے منہ کے برتن میں پانی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں جب پانی ابلنے لگے تو چولہے سے اتار لیں۔ بھاپ لینے سے پہلے بالوں کو کپڑے سے اچھی طرح لپیٹ لیں یا شاور کیپ پہن لیں۔ اب بند کمرے میں سر پر تولیہ ڈال کر چہرے کو برتن کے اوپر لائیں فاصلہ اتنا ہو کہ بھاپ آپ کے چہرے پر آسانی سے پہنچ جائے۔ آنکھیں بند رکھیں۔ بڑی احتیاط کے ساتھ چہرے کو اس وقت تک بھاپ دیں جب تک کہ پسینہ نہ آجائے۔ اس عمل میں دس سے پندرہ منٹ صرف ہوتے ہیں۔ جب خوب پسینہ آجائے تو چہرہ گیلے تولیے سے پونچھ لیں، حتیٰ کہ اعتدال کی حالت پر آجائے۔

ماسکنگ: چہرے کی حفاظت اور جلد کو تر و تازگی بخشنے کیلئے فیس ماسک بہت ضروری ہے کیونکہ اس سے چہرے کی جلد کو بھرپور غذائیت ملتی ہے اور چہرے کا نکھار قائم ہوجاتا ہے۔ ماسک کے لفظی معنی نقاب کے ہیں جو چہرے پر چڑھا لیا جاتا ہے جسے خواتین کچھ دیر کیلئے چہرے پر چڑھا لیتی ہیں۔ فیس ماسک بہترین سکن فوڈ اور سکن ٹانک ہے۔ پچیس سال کی عمر کی خواتین کو ہفتہ میں ایک بار ضرور ماسکنگ کرنا چاہیے۔ ماسکنگ نہ صرف چہرے کی جلد کو غذائیت مہیا کرتی ہے بلکہ ماسکنگ سے جلد نارمل حالت میں آجاتی ہے۔ ماسکنگ کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ داغ، دھبے ختم ہوجاتے ہیں۔ جلد میں توانائی محسوس ہوتی ہے۔ دوران خون نارمل حالت میں آجاتا ہے۔ ماسکنگ خواتین کو جھریوں سے محفوظ رکھتی ہے۔ اگر باقاعدگی سے ماسکنگ کی جائے تو جھریوں سے بچا جاسکتا ہے لیکن ماسکنگ سے پہلے چہرے کی جلد کے متعلق ضرور غور کرلینا چاہیے کہ آپ کے چہرے کی جلد کی نوعیت کے مطابق ہی آپ ماسکنگ کیجئے۔ انڈہ، شہد، دودھ، بالائی، روغن زیتون، روغن بادام، کسٹرآئل، لیموں، سنگترے، کھیرے، گریپ فروٹ، گاجر، چقندر، انگور کا رس وغیرہ وٹامنز اور معدنی نمکیات کی غذائیت سے بھرپور فیس ماسک ہیں۔ ان کے استعمال سے چہرہ جلدی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے اور چہرے کی جلد کو غذا اضافی وٹامنز کی صورت میں ملتی رہتی ہے۔

ملتانی مٹی کا ماسک: یہ ماسک ہر طرح کی جلد کیلئے مفید ہے، یہ چہرے کے کھلے مسامات کو بند کرتا ہے اور چہرے کی جلد میں تناؤ پیدا کرتا ہے، اس کو بنانے کیلئے ان چیزوں کی ضرورت ہوتی ہے۔ کچی ملتانی مٹی، ایک انڈے کی سفیدی اور ایک چمچہ شہد ملا کر پیسٹ بنالیں اور چہرے پر لگائیں۔ جب تناؤ محسوس ہونے لگے تو چہرہ دھولیجئے۔

کیلے کا ماسک: یہ ماسک خشک جلد کیلئے بہت مفید ہے کیونکہ یہ جلد کو قدرتی نمی اور موئسچرائزر فراہم کرتا ہے۔ اس کو بنانے کا طریقہ درج ذیل ہے۔ مسلا ہوا کیلا، پاؤڈر کا دودھ اور ایک چمچ شہد ملا کر پیسٹ بنالیں اور اس کے بعد چہرے اور گردن پر لگائیں۔ اب ململ کے باریک کپڑے سے چہرہ ڈھانپ لیں اور پندرہ منٹ بعد چہرہ دھولیں۔

معاف کرنے کا انوکھا واقعہ

ام حذیفہ، اسلام آباد

انہوں نے کہا ڈاکٹر صاحب اللہ تعالیٰ کو معاف کر دینا بہت پسند ہے میری موت اسی لیے نہیں آئی کہ اگر مر جاتا تو میرے بھتیجے گرفتار ہو جاتے، اللہ تعالیٰ نے جب ان کو بچایا تو میں کیسے انہیں گرفتار کراتا جب میں نے علیحدگی میں تھانیدار کو یہ بتایا تو وہ حیران رہ گیا۔

اپنی پیشہ ورانہ زندگی میں عجیب و غریب حالات و واقعات سے واسطہ پڑا۔ فورٹ عباس آج سے کافی عرصہ پہلے چولستان کا دیباچہ ہی تھا اور ان سزا یافتہ ملازمین کیلئے مختص تھا جنہیں قرار واقعی سزا دینی ہوتی تھی۔ ہم لاڑکانہ سے اس قدر دل برداشتہ ہوئے کہ از خود جا کر اس دور افتادہ فورٹ عباس کے ہسپتال میں تبادلہ کرا لیا ایک روز آدھی رات کو ڈسپنسر نے اطلاع دی کہ ایک میڈیکولیگل کیس آیا ہے چل کر دیکھا تو ایک بزرگ عمر ساٹھ پینسٹھ سال سفید براق ڈاڑھی، چہرہ پر نور ایسا کہ دیکھتے ہی رہ جاؤ، مارنے والے نے پیٹ پھاڑ کر رکھ دیا تھا، تمام کپڑے خون میں لت پت تھے، معلوم ہوا کہ بیٹوں اور بھتیجوں میں تنازع تھا۔ مغرب کی نماز پڑھ کر مسجد سے نکلے اور لڑکوں کو چھڑانے لگے۔ سگے بھتیجوں نے خنجر کے وار کر ڈالے میں نے ایسا پر سکون چہرہ پہلے کبھی نہ دیکھا تھا۔ زخم دیکھا تو پیٹ سے انتڑیاں باہر (اومینٹم) یعنی وہ پردہ جس کے عقب میں انتڑیاں ہوتی ہیں کٹا ہوا تھا عقل انسانی محو حیرت کہ یہ کیونکر اب تک زندہ ہیں۔ زخم کھلے چھ سات گھنٹے گزر گئے اور وہ زندہ ہی نہیں ہوش و حواس میں تھے۔ ادھر ہسپتال میں اوزار تو کجا بجلی بھی نہ تھی جو اوزار دستیاب ہوئے انگیٹھی پر ابالے گئے ایک گھنٹہ اور لگ گیا جب آپریشن کیلئے میز پر لٹایا اور میں نے کمر میں ٹیکہ لگانے کی کوشش کی تو انہوں نے یہ کہہ کر میرے رہے سہے ہوش اور باختہ کر دیئے ڈاکٹر صاحب آپ جلدی کام کریں، زندگی اللہ کے ہاتھ میں ہے ابھی میرا وقت نہیں آیا ایسی حالت میں لالٹین کی روشنی میں کام کرنا بڑا مشکل تھا۔ بہر حال آہستہ آہستہ کام کرتا رہا، ان حضرت کے ہونٹ ہلتے رہے جب آپریشن ہو چکا تو اذانیں ہو رہی تھیں، صبح دیر سے ہسپتال میں آیا، انہیں دیکھا تو وہ سو رہے تھے۔ میری تمام کوشش کے باوجود ان کا زندہ رہنا میری عقل و دانش سے ماورا تھا گو یہ آپریشن میں نے پوری توجہ سے کیا تھا مگر مناسب اوزار اور ادویات نہ ہونے کے باعث میرے نزدیک ان کے زندہ رہنے کا چند فیصد امکان بھی نہ تھا تاہم ان کی نبض درست چل رہی تھی۔ دوسرے دن جب میں نے خیریت دریافت کی تو وہ کچھ پڑھ رہے تھے مجھے دیکھ کر سلام کا جواب دیا اور آہستہ آہستہ بولے جب انسان کو یقین ہو کہ ہمارا مرنا جینا اللہ کیلئے ہے ہم اللہ کے ہیں اور اس کی طرف لوٹ کر جانا ہے تو ایمان مضبوط ہوتا ہے جب یہ بات عین الیقین ہو تو موت کا ڈر نہیں رہتا۔ مومن زندگی کو اللہ کی نعمت سمجھتا ہے اور موت کو بھی۔ میرے تعجب کی کوئی انتہا نہ رہی جب پانچویں دن ان کے زخم قطعی درست تھے۔ ان کی خواہش کے باوجود میں نے انہیں ہسپتال سے رخصت نہ کیا جب پولیس ان کا بیان لینے آئی تو انہوں نے اپنے قاتل بھتیجوں کے خلاف بیان دینے سے انکار کر دیا اور انہیں معاف کر دیا جنہوں نے اپنی دانست میں تو انہیں مار ہی ڈالا تھا۔ میری ضد کرنے پر کہ انہوں نے ایسا کیوں کیا۔ انہوں نے کہا ڈاکٹر صاحب اللہ تعالیٰ کو معاف کر دینا بہت پسند ہے میری موت اسی لیے نہیں آئی کہ اگر مر جاتا تو میرے بھتیجے گرفتار ہو جاتے، اللہ تعالیٰ نے جب ان کو بچایا تو میں کیسے انہیں گرفتار کراتا جب میں نے علیحدگی میں تھانیدار کو یہ بتایا تو وہ حیران رہ گیا۔

تلاش گمشدہ

ہم سے خلوص گم ہو گیا ہے اس کی عمر سو سال ہے بڑھاپے کی وجہ سے کافی کمزور ہو گیا ہے اور گھر سے خود غرضی سے ان بن ہونے پر ناراض ہو کر چلا گیا۔ اس کے بارے میں گمان ہے کہ انسانوں کی وجہ سے ادھر اُدھر ہو گیا ہے۔ اس کو آخری بار ہمدردی کے ساتھ دیکھا گیا تھا تب سے دونوں کی کچھ خبر نہیں اس کے بھائی اخوت، سخاوت بہت پریشان ہیں اور بہن حب الوطنی کا تو کچھ نہ پوچھو۔ اس کے دوست محبت اور مہربانی اس کی تلاش میں خود کھو گئے ہیں۔ اس کی عدم موجودگی میں اس کے دشمن شر پسندوں نے تعصب اور ہوس کے ساتھ مل کر تباہی مچا رکھی ہے۔ اس کی جڑواں بہن شرافت کا انتقال ہو گیا اور شرافت کے غم میں حیاء بھی مر گئی ہے۔ اس کی ماں انسانیت شدید بیمار ہے۔ آخری بار اپنے جگر گوشے خلوص کو دیکھنا چاہتی ہے جس کسی کو ملے براہ مہربانی اسے ماں کے پاس پہنچا دے یا خود پڑھے تو واپس آ جائے اسے کچھ نہیں کہا جائے گا۔ **(سمیہ کلثوم، سرگودھا)**

مقررہ حد کو پار نہ کرو

مولانا وحید الدین خان

جو شخص ریلنگ کو پار کر جائے۔ وہ اپنے آپ کو حادثات سے نہیں بچا سکتا۔ نہ چڑیا گھر کے اندر اور نہ چڑیا گھر کے باہر

جب بھی کسی شخص نے اپنی مقررہ حد کو پار کیا وہ لازمی طور پر برے انجام کا شکار ہوا۔

نیتین والیا ایک تین سالہ بچہ ہے۔ وہ اپنے والدین (وجے پال والیا اور سونیتا) کے ساتھ شاہدرہ میں رہتا ہے۔ بچہ کو چڑیا گھر دیکھنے کا شوق تھا اس کے والدین اس کو دہلی کا چڑیا گھر دکھانے کیلئے لے گئے۔ مختلف جانوروں کو دیکھتے ہوئے یہ لوگ وہاں پہنچے جہاں سفید شیر کا پنجرہ ہے۔ وہ شیر اور اس کے بچے کو دیکھنے کیلئے رکے۔ یہاں نیتین ریلنگ کے اندر داخل ہو گیا اور پنجرہ میں اپنا ہاتھ ڈال دیا۔ شیرنی نے جھپٹ کر اس کا ہاتھ اپنے منہ میں لے لیا۔ لوگوں نے اس کو لکڑی سے مار کر ہٹایا مگر اس دوران وہ بچے کا ہاتھ کندھے تک چبا چکی تھی۔ آپریشن کے بعد وہ بچہ زندہ ہے مگر وہ ساری عمر کیلئے اپنے دائیں ہاتھ سے محروم ہو چکا ہے۔

ٹائمز آف انڈیا کے رپورٹر کے مطابق بچہ کے والدین نے اس حادثہ کی ذمہ داری چڑیا گھر کے کارکنوں پر ڈالی ہے انہوں نے کہا کہ اس وقت پنجرہ کے پاس کوئی چوکیدار موجود نہ تھا۔

اکثر لوگوں کا یہ حال ہے کہ جب ان کے ساتھ کوئی حادثہ پیش آتا ہے تو وہ فوراً اپنے سے باہر کسی کو تلاش کرتے ہیں جس پر حادثہ کی ذمہ داری ڈال سکیں۔ مگر موجودہ دنیا میں اس قسم کی کوشش سراسر بے فائدہ ہے۔ یہاں حادثات سے صرف وہ شخص بچ سکتا ہے جو اپنے آپ کو قابو میں رکھے۔ جو شخص خود بے قابو ہو جائے وہ لازماً حادثہ سے دوچار ہو گا خواہ دوسروں کو ذمہ دار ٹھہرانے کیلئے اس نے ڈکشنری کے تمام الفاظ دہرا ڈالے ہوں۔

چڑیا گھر میں خونخوار جانور کے کٹہرے سے چار فٹ کے فاصلہ پر ریلنگ لگی ہوئی ہے اس کا مقصد یہ ہے کہ جانور کے مقابلہ میں آدمی کو ایک محفوظ فاصلہ پر رکھا جائے۔ اسی طرح زندگی کے ہر موڑ پر ایک ریلنگ کھڑی ہوتی ہے۔ جو شخص ریلنگ کو حد سمجھ کر وہاں ٹھہر جائے وہ محفوظ رہے گا اور جو شخص ریلنگ کو پار کر جائے۔ وہ اپنے آپ کو حادثات سے نہیں بچا سکتا۔ نہ چڑیا گھر کے اندر اور نہ چڑیا گھر کے باہر۔

جنسی معاملات میں نوجوانوں کیساتھ رویہ

انجینئر کاشف وسیم

بچوں میں جنسی شعور کو دبانا نہیں چاہیے۔ لانگ فیلٹ کہتے ہیں کہ اگر جنسی گفتگو کے سلسلے میں کسی بچے کو مارا پیٹا جائے یا اسے برا بھلا کہا جائے تو اس کی جنسیت اور جارحیت آجاتی ہے۔ امریکہ جہاں بچوں کی جنسیت کو ممنوع تصور کیا جاتا ہے

ناروے کے معالج امراض نفسیات تھورے لانگ فیلٹ نے ایک انٹرویو میں بتایا کہ بچے کے جنسی جذبات کو دبانے کے نتیجے میں اس کی شخصیت غیر مرتب اور جارحیت پسند ہوجاتی ہے۔ جنسی تعلیم سے متعلق پہلی بین الاقوامی کانفرنس نئی دہلی میں منعقد ہوئی جس میں لانگ فیلٹ نے کہا کہ بہت سے بالغ افراد بچوں کی حیثیت کو بہت کم کرکے اندازہ لگاتے ہیں۔ جنسیت کے موضوع پر سکوت بہت سے بچوں کیلئے آفت اور بربادی کا پیش خیمہ ثابت ہوتا ہے۔ بعض اوقات والدین بچوں کو جنسی جذبات کے اظہار پر سخت سست کہتے یا سزا دیتے ہیں۔ والدین کا یہ عمل مستقبل میں ان بچوں کے بالغ ہونے پر اس کی جنسی زندگی میں بہت سے مسائل پیدا کردیتا ہے جن کی وجہ سے بعض اوقات وہ جرائم کا راستہ اختیار کرلیتے ہیں۔

بچوں میں جنسی شعور کو دبانا نہیں چاہیے۔ لانگ فیلٹ کہتے ہیں کہ اگر جنسی گفتگو کے سلسلے میں کسی بچے کو مارا پیٹا جائے یا اسے برا بھلا کہا جائے تو اس کی جنسیت اور جارحیت آجاتی ہے۔ امریکہ جہاں بچوں کی جنسیت کو ممنوع تصور کیا جاتا ہے وہاں پورے ملک میں زنا بالجبر کے واقعات بڑی کثرت سے پیش آتے ہیں۔

نامردی' اشیاء پرستی یا جنس پرستی اور مخالف جنس جیسا بننے کے شوق کی جڑیں دراصل بچوں کی جنسیت کو دبانے کے عمل میں پیوست ہوتی ہیں۔ بچوں کی جنسیت کو دبانے کا عمل پوری دنیا میں عام ہے۔ اسے ہم بین الاقوامی رویہ کہہ سکتے ہیں۔ اس رویہ کو تبدیل کرنے کیلئے کام نہ ہونے کے برابر ہوا ہے۔ لانگ فیلٹ نے کہا کہ ہم نے بالغ افراد میں جنسیت کے بارے میں معلومات حاصل کرنے اور اسے سمجھنے پر ایک طویل مدت صرف کی ہے۔ اب ضرورت ہے کہ ہم بچوں کی جنسیت پر توجہ مرکوز کریں کیونکہ بالغ افراد کے اکثر جنسی مسائل کی جڑیں ان بچوں میں پیوست ہوتی ہیں۔

بچوں اور نوجوانوں میں جنسی مسائل عام تصورات سے کہیں زیادہ پائے جاتے ہیں لیکن معالج حضرات بچوں کی جنسیت کی طرف کم سے کم توجہ کرتے ہیں اور خود بچے بھی بڑوں کے سامنے اپنے جنسی جذبات واحساسات کا اظہار نہیں کرتے۔

میرے خیال سے جنسی معلومات نوعمروں تک پہنچانا اور حقیقت ایک تہذیبی مسئلہ اور قطعی طور پر ایک ثقافتی معاملہ ہے اور کلیہ کے طور پر ہر تہذیب اور ثقافت کیلئے اختیار کرنا صحیح نہیں ہوسکتا۔ راقم الحروف نے مغرب بالخصوص امریکہ میں یہ رویہ دیکھا ہے کہ جنسی معاملات لڑکے اور لڑکی کا ذاتی معاملہ ہے اور ان کو حق ہے کہ وہ اس بات میں آزادی اختیار کریں۔ امریکہ نے پوری فراخ فکری کے ساتھ اپنے ہاں لاکھوں بچوں کے یتیم ہوجانے کے خطرات موجود ہیں۔ تہذیب اسلامی اور ثقافت مسلم اس بات میں نہایت واضح رویے کی حامل ہے۔ وہ نوعمروں اور نونہالوں کو جنسی فکر کی آزادی دینے کو قطعاً روا نہیں رکھتی۔ اس کے نزدیک شائستگی یہ ہے کہ جنسی معاملات ہمیشہ پردہ اخفا میں رہیں اور انسان اس باب میں حیوانیت کا روپ اختیار نہ کرے۔

جنسی سوچ اور صحت کے تقاضے

تاریخ کے ہر دور میں انسان اپنی صحت قوت اور جسمانی حالت کو خوب سے خوب تر بنانے کیلئے بہت کچھ کرتا چلا آیا ہے۔ چنانچہ مردوزن آج بھی صحت اور قوت کو قائم رکھنے کیلئے نیز ایک دوسرے پر سبقت لے جانے کیلئے کوششوں میں لگے ہوئے ہیں۔ آج بھی نت نئے نسخے' لوشن اور ورزش کے طریقے اختیار کیے جارہے ہیں۔ اہل مغرب تو آج کل اس طرف خاص توجہ دے رہے ہیں۔ لیکن بدقسمتی سے ان کے سارے تجربے اور فارمولے آج بھی خصوصاً جنسی قوت و استواری کیلئے چند روزہ خوش فہمی سے زیادہ اثر نہیں رکھتے۔ یہی وجہ ہے کہ ان کی تجربہ گاہوں میں اب نوبت مصنوعی طریقوں کی تلاش تک پہنچ گئی ہے جو وقتی طور سے ہی مردانہ قوت کو قائم رکھ سکیں۔ مردوزن میں چند لمحوں کی محبت اور کشش پیدا کرسکیں۔ مجاسعت کے فعل کو بخوبی تکمیل تک پہنچانے کیلئے جس سچی محبت' لگن' جوش اور قوت کی ضرورت ہے اس کی جگہ وقتی محبت اور جھوٹے جوش کو اپنانے کیلئے وہ مصنوعی ادویات کو استعمال میں لاتے ہیں۔

اگر سینکڑوں سال پیچھے مڑ کر دیکھیں تو ہمیں پتہ چلے گا کہ اس دور میں جہاں مردوزن اپنے اپنے حسن وشباب کو دیرپا رکھنے کیلئے مختلف طور طریقے اور ادویات استعمال کرتے تھے وہاں اپنے جنسی اعضاء اور ملحقہ پٹھوں وغیرہ کی پرورش اور نگہداشت پر بھی کامل توجہ دیتے تھے۔ بدقسمتی سے فی زمانہ اس قسم کا تصور بھی ذہنی عیاشی اور بے شرمی بن کررہ گیا ہے۔ حالانکہ کتنے تعجب کی بات ہے کہ ہم اپنے جسم کی ایک ایک نوک پلک کو سنوارنے میں وقت' پیسہ اور محنت صرف کرتے ہیں لیکن میں اعضاء پر انسانی افزائش' ذہنی آسودگی اور طبعی بالیدگی کا انحصار ہے۔ اسے شجر ممنوع قرار دے کر اس کی طرف اس وقت تک دھیان نہیں دیتے جب تک جسم کے یہ اہم اعضاء بیمار ہوکر ناکارہ نہیں ہونے لگتے اور اس وقت بھی ہمارے نزدیک ان اعضاء کی وقتی مرمت کا خیال پیش پیش ہوتا ہے چاہے اندر ہی اندر بیماری کا دیمک چاٹ رہا ہو۔

جس طرح مناسب غذا اور صفائی وغیرہ کا خیال نہ رکھنے سے انسانی جسم کے دوسرے اعضاء بیمار پڑ جاتے ہیں اسی طرح جنسی اعضاء کا خیال نہ رکھنے سے یہ بھی بیمار ہوجاتے ہیں اور جس طرح بیمار انسان سست' کاہل اور مجہول ہوجاتا ہے یہ بھی سست اور ناکارہ ہوجاتے ہیں اور جب ان مخصوص اعضاء کی کمزوری کا پتہ چلتا ہے تو اس وقت احساس کمتری کے سبب اور جلد از جلد صحت یاب ہونے کی آرزو میں اشتہار باز اور مجموعہ لگانے والے نام نہاد معالجوں کے چکروں میں پھنس جاتے ہیں یا پھر سنے سنائے ٹوٹکوں پر عمل کرتے ہیں۔ افسوس کہ آج کا مرد پہلے جیسا مرد نہیں رہا۔ اس قوم کا کیا حشر ہوگا جس کے نوجوان نوعمری میں ہی بدعادتوں میں پڑ جائیں۔

مردوں اور عورتوں کی پوشیدہ بیماریوں کا کامیاب علاج

عبقری کے رسالے اگست 2008ء میں ایک نسخہ مردوں اور عورتوں کیلئے چھپا تھا۔ میں یہ نسخہ جس کسی کو بھی دیا فائدہ ہی فائدہ ہوا ہے۔ پانچ پانچ سال پرانا لیکوریا ختم ہوا۔
ھوالشافی: بکھڑا 200 گرام، پھٹکڑی سفید 50 گرام پیس کر صبح وشام کچی لسی دودھ والی میں نمک ڈال کر ایک ایک چمچہ لیں۔ جریان لیکوریا، گرمی سے پیشاب کی جلن، کثرت احتلام عورتوں مردوں کے لیے یکساں مفید۔ ایسے ایسے لا علاج مریض تندرست ہوئے کہ بے شمار ادویات کھائیں مگر افاقہ نہ ہوا۔ عورتوں کا لیکوریا ختم ہوجاتا ہے، بھوک بہت لگتی ہے۔ کم از کم 40 دن استعمال کریں۔ **(امجد حسین)**

وضو کے پانی کے شفائی اثرات

ہم فلپائن کی سیاحت میں تھے ایک جگہ نماز کا وقت آیا ہم تمام وضو کرنے بیٹھ گئے ایک عیسائی دیکھتا رہا پھر کہنے لگا کیا تم تمام پاگل ہو؟ ہم نے کہا نہیں۔ کہنے لگا دراصل بات یہ ہے کہ ہمارے ہاں پاگل لوگوں کے علاج کیلئے ان جگہوں پر پانی لگایا جاتا ہے جہاں جہاں تم پانی لگارہے ہو

ایک مسلمان ڈاکٹر کی ریسرچ

وضو کا بچا ہوا پانی پینے میں شفاء ہے۔ اس سلسلے میں ایک مسلمان ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ اس کا پہلا اثر مثانے پر پڑتا ہے' پیشاب کی رکاوٹ دور ہوتی ہے اور خوب کھل کر پیشاب آتا ہے۔ اس سے ناجائز شہوت سے خلاصی ہوتی ہے نیز کسی برتن یا لوٹے سے وضو کیا ہو تو اس کا پانی کھڑے ہوکر پینا مستحب ہے۔

ہمارا فن طب طبعیات پر مبنی ہے۔ سائنسی تحقیقات بھی حتمی نہیں ہوتیں بدلتی رہتی ہیں۔ ہاں اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے احکامات اٹل ہیں وہ نہیں بدلیں گے۔ ہمیں سنتوں پر عمل طبی فوائد کیلئے نہیں صرف اللہ کی رہنما کی خاطر کرنا چاہیے لہٰذا اس لیے وضو کرنا کہ میرا بلڈ پریشر نارمل ہوجائے یا میں تازہ دم ہوجاؤں گا۔ سفر مدینہ اس لیے کرنا کہ آب وہوا تبدیل ہوجائے گی' گھر' کاروباری جھنجھٹ سے کچھ دن سکون ملے گا یا دینی مطالعہ اس لیے کرنا کہ میرا ٹائم پاس ہوجائے گا اس طرح کی نیتوں سے اعمال بجالانے والوں کو ثواب کہاں سے ملے گا؟ اگر ہم ہر نیک عمل اللہ کی خوشنودی کیلئے کریں گے تو ثواب بھی ہوگا اور ظاہری و باطنی طہارت وفوائد بھی حاصل ہوں گے۔

وضو پر مغربی تحقیقات مشاہدات وواقعات

فلپائن میں پاگل پن کا علاج وضو:

ملک محمد انور صاحب فرمانے لگے ہم چند دوست فلپائن کی سیاحت میں تھے ایک جگہ نماز کا وقت آیا ہم تمام وضو کرنے بیٹھ گئے ایک عیسائی دیکھتا رہا پھر کہنے لگا کیا تم تمام پاگل ہو؟ ہم نے کہا نہیں۔ کہنے لگا دراصل بات یہ ہے کہ ہمارے ہاں پاگل لوگوں کے علاج کیلئے ان جگہوں پر پانی لگایا جاتا ہے جہاں جہاں تم پانی لگارہے ہو۔

مغربی ممالک میں مایوسی کے مریضوں کا علاج اور وضو

مغربی ممالک میں مایوسی کا مرض جس کو ڈیپریشن کہتے ہیں بہت عام ہے۔ ہر محلے میں پاگل خانے موجود ہیں اور نفسیاتی امراض کے ماہر سب سے زیادہ مصروف رہتے ہیں۔ اس کے برعکس مسلمانوں میں یہ مرض بہت کم ہے۔ خاص کر جن مسلمانوں کا تعلق دین سے زیادہ ہے ان میں یہ مرض بہت ہی کم پایا جاتا ہے چنانچہ مغربی ممالک کے ڈاکٹروں نے اس کی وجہ دریافت کرنے کی کوشش کی ہے۔

چند سال قبل فیصل آباد گیا تو وہاں کے پنجاب میڈیکل کالج کے سامنے ایک فزیوتھراپسٹ نے دکان کھولی ہوئی ہے ان سے ملاقات ہوئی۔ اس نے ڈپلومہ مغربی جرمنی سے کیا ہوا ہے اور مجھے بتایا کہ اس کو دوران تعلیم جرمنی کے ڈاکٹروں نے بتایا کہ مایوسی کا علاج انہوں نے ادویات کے علاوہ اور طریقوں میں بھی دریافت کرلیا ہے۔

چنانچہ مغربی جرمنی میں ایک سیمینار ہوا جس کا موضوع بحث یہ تھا کہ مایوسی کا علاج دواؤں کے علاوہ اور کن طریقوں سے کیا جاسکتا ہے۔ ایک ڈاکٹر نے بتایا کہ اس نے مایوسی کے چند مریضوں کے روزانہ پانچ دفعہ منہ دھلائے اور کچھ مہینوں بعد ان کی بیماری کم ہوگئی۔

اسی ڈاکٹر نے مایوسی کے مریضوں کا دوسرا گروپ لیا جس کے ہاتھ' منہ اور پاؤں روزانہ پانچ مرتبہ دھلوائے تو اس گروپ میں مایوسی کے مریضوں کو بہت ہی افاقہ ہوا۔ اپنے مقالے کے آخر میں اس نے یہ نتیجہ نکالا کہ یہ مرض مسلمانوں میں کم اس لیے ہے کہ وہ دن میں کئی مرتبہ منہ' ہاتھ اور پاؤں دھوتے ہیں یعنی وضو کرتے ہیں۔

سنت نبویؐ اور جدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

''اولاد سے محروم افراد'' کی اصلاح

قارئین! عبقری کا جنوری 2011ء کے رسالے میں مضمون ''**اولاد سے محروم افراد ضرور پڑھیں**'' کے نسخہ میں غلطی شائع ہوگئی تھی۔ قارئین! اصلاح فرمالیں۔

ھوالشافی: الائچی چھوٹی، سرمہ سفید، ماجو، طباشیر انڈیا، کمرکس، مائیں، موصلی سفید انڈیا ہر ایک 100 گرام۔ گری، منقیٰ خشخاش ہر ایک 250 گرام۔ چاول سرخ' بادام مغز ہر ایک آدھا پاؤ۔ سپاری 5 تولہ، مغز پستہ، زیرہ سفید، گوند کیکر، گوند کتیرا ہر ایک آدھا کلو، مصری آدھا کلو تمام کوٹ پیس کر ایک بڑا چمچہ دودھ کے ہمراہ صبح وشام مرد و عورت دونوں استعمال کریں۔

روحانی کیفیت

ایک بہن

دوسری مرتبہ جب وہ اچھل کر واپس آتا ہے تو انسانی بچے کے روپ میں ہوتا ہے۔ وہ بچہ بہت صحتمند تھا

قابل احترام حکیم صاحب! السلام علیکم آپ نے مجھے (لاحول ولا قوۃ الا العلی العظیم) کا سوا لاکھ کرنے کو کہا تھا جب وہ مکمل کیا تو آپ نے 2 مرتبہ سوا لاکھ کرنے کا کہا۔ پہلے خط میں حضور ﷺ کی زیارت کا ذکر تھا دوسرے میں حضرت شعیبؑ کی قوم پر عذاب وغیرہ کا۔ آپ نے جواب میں لکھا تھا کہ یہی وظیفہ مستقل پڑھتے رہیں تب 2 مرتبہ سوا لاکھ مکمل ہوا تھا۔ اب الحمدللہ 3 مرتبہ سوا لاکھ مکمل ہوچکا ہے۔ ایک خواب قابل ذکر ہے۔

خواب: میں نے دیکھا کہ میں چارپائی پر بیٹھی ہوں اور آسمان کی طرف دیکھتی ہوں۔ باقی آسمان بہت پیارا صاف ستھرا نیلا ہے کہیں کہیں بالکل سفید بادل کے ٹکڑے ہیں۔ میری نظر اک سفید بادل پر پڑتی ہے تو اس کے پیچھے گھوڑے کا بچہ ہے جو کہ کافی خوبصورت ہے۔ میں اسے دیکھ کر اپنی بہن سے کہتی ہوں کہ دیکھ آسمان پر گھوڑے کا بچہ۔ مگر وہ اسے دکھائی نہیں دیتا۔ پھر وہ بچہ آسمان سے اڑتا ہوا آکر میری گود میں بیٹھ جاتا ہے۔ میں اس کی کمر اور سر پر ہاتھ پھیر کر اسے پیار کرتی ہوں اور باتیں کرتی ہوں۔ وہ مجھے جواب بھی دیتا ہے مگر میرے سوا وہ کسی اور کو دکھائی نہیں دیتا پھر آسمان کی طرف دیکھتی ہوں تو گھوڑا اور گھوڑی جیسے اس کے ماں باپ کھڑے اس کو دیکھ رہے ہوتے ہیں میں اسے کہتی ہوں دیکھو تمہارے امی ابو تمہارے انتظار میں کھڑے ہیں پہلے تو وہ میری گود سے نہیں نکلتا پھر جب بڑی مشکل سے جانے کو راضی ہوتا ہے تو اڑ نہیں سکتا۔

میں اسے ہاتھوں میں اٹھا کر اچھالتی ہوں تاکہ وہ اڑ جائے مگر پھر جب وہ اڑ نہیں سکتا تو میں اسے پکڑ لیتی ہوں پھر اچھالتی ہوں مگر وہ پھر بھی نہیں جاسکتا۔ دوسری مرتبہ جب وہ اچھل کر واپس آتا ہے تو انسانی بچے کے روپ میں ہوتا ہے۔ وہ بچہ بہت صحتمند تھا۔ پھر میں اسے اپنی گود میں ہی رہنے دیتی ہوں۔ (وہ بچہ اتنا صحت مند تھا کہ جب میں جاگی تو میرے بازو درد کررہے تھے اسے اچھالنے کی وجہ سے)

پسند کی شادی ناکام کیوں؟؟

فوزیہ سلطانہ

آج اگر کسی کی ارینج میرج ہو جائے تو لوگ اسے دقیانوسی خیال کرتے ہیں۔ اس کے ساتھ والدین بھی اس بات کو سمجھنے لگے ہیں کہ زندگی بچوں نے گزارنی ہے اس لیے ان کی پسند کو اہمیت دینی چاہیے

ثانیہ اور عاصم کے درمیان سرد جنگ کا آغاز کئی روز پہلے ہی ہو چکا تھا جب عاصم نے دبے الفاظ میں ثانیہ کو جاب کرنے سے منع کر دیا تھا لیکن اس خاموش سرد جنگ نے جب لفظوں کا روپ اختیار کیا تو دونوں کی آوازیں گھر کے درودیوار پھلانگ کر بیرونی گیٹ سے باہر جا رہی تھیں۔

عاصم میں نے آپ کو صاف الفاظ میں بتا دیا ہے کہ میں جاب نہیں چھوڑ سکتی۔ شادی سے پہلے تو آپ کو جاب کرنے پر کوئی اعتراض نہیں تھا۔ اب بیٹھے بٹھائے بلاوجہ ناراض کیوں ہو رہے ہیں۔ ثانیہ غصے میں بولی۔ دیکھو پہلے بات اور تھی لیکن اب میری فیملی والے تمہاری جاب کرنے کو پسند نہیں کرتے' عاصم نے کہا۔ شادی میں نے تم سے کی ہے' تمہاری فیملی سے نہیں جوان کے اعتراضات کی فکر کروں اور اپنی تعلیم ضائع کروں میں نے اتنی بڑی ڈگری گھر بیٹھنے کیلئے حاصل نہیں کی تھی۔ ثانیہ کو اس کے بلاوجہ اعتراض پر شدید غصہ آ رہا تھا۔ پہلے تو اسے سمجھنے کے پہلے سے دعوے کرتا تھا۔ اب فیملی کے سامنے پتہ نہیں کیوں بھیگی بلی کی طرح رہتا ہے۔

مجھے پتہ ہے تم شروع ہی سے اتنی ضدی اور ہٹ دھرم ہو' تمہارے سامنے شوہر اور اس کی عزت سے زیادہ جاب کی اہمیت ہے۔ اب عاصم کو بھی غصہ آ گیا تھا اور دونوں کی بحث طول پکڑ رہی تھی جبکہ فیملی اور محلے والے تماش بینوں کی طرح سے اس محبت کی شادی کو زوال پذیر ہوتے دیکھ رہے تھے۔

عاصم اور ثانیہ نے بزرگوں کی مرضی کے خلاف شادی کی تھی اور دونوں میں مصلحت آمیزی کی کوئی گنجائش نہیں نکل رہی تھی کیونکہ اس قسم کے جھگڑے روز ہی کھڑے ہوتے تھے۔

ہمارے معاشرے میں آج بھی ایسی ہزاروں مثالیں موجود ہیں کہ لڑکی اور لڑکے کی پسند سے کی ہوئی شادی بھی کسی نہ کسی وجہ سے ناکام ہو جاتی ہے۔ ایک زمانہ تھا کہ فریقین کی اپنی مرضی اختیار کرنے کو اچھی نگاہ سے نہیں دیکھا جاتا تھا حالانکہ وقت گزرنے کے ساتھ الیکٹرانک میڈیا کی بدولت حالات میں بڑی تیزی سے تبدیلی آئی ہے جہاں بہت سی دوسری چیزوں کو نئی نسل نے پرانا قرار دے دیا۔ وہاں شادی بیاہ کے معاملات میں بھی نوجوان نسل کی پسند کو اہمیت دی جانے لگی۔ انہی بدلتی ہوئی معاشرتی اقدار کے پیش نظر والدین کی سوچ میں بھی کسی حد تک تبدیلی واقع ہوئی' پہلے بچوں کے رشتے ناطے طے کرنے کے سلسلے میں والدین کی پسند و ناپسند کو محترم سمجھا جاتا تھا اور ان کی زندگی کے اہم فیصلوں کا اختیار والدین اور گھر کے بزرگوں کو ہی حاصل تھا اگر ایک دو واقعات ایسے ہو بھی جاتے کہ بچے اپنی مرضی کر لیں تو انہیں معاشرے میں معیوب نظروں سے دیکھا جاتا تھا اور عموماً اس طرح کے جملے سننے کو ملتے تھے کہ "نئی نسل کو پتہ نہیں کیا ہو گیا ہے ایک ہمارا زمانہ تھا ہم والدین کے سامنے زبان تک نہیں کھولتے تھے جبکہ موجودہ نسل ہر معاملے میں اپنی مرضی کی مالک ہوتی جا رہی ہے۔"

80,70 کی دہائی میں کسی حد تک مڈل کلاس میں بھی پسند کی شادی کا رواج زور پکڑ رہا تھا اور یہ وہ دور تھا جب پسند کی شادی کا رواج عام ہوتا جا رہا تھا اور کسی حد تک والدین نے اسے قبول کرنا شروع کر دیا تھا لیکن اکیسویں صدی میں داخل ہونے کے بعد پسند کی شادی کا رواج اتنا بڑھ گیا ہے کہ آج اگر کسی کی ارینج میرج ہو جائے تو لوگ اسے دقیانوسی خیال کرتے ہیں۔ اس کے ساتھ والدین بھی اس بات کو سمجھنے لگے ہیں کہ زندگی بچوں نے گزارنی ہے اس لیے ان کی پسند کو اہمیت دینی چاہیے اور ویسے بھی ارینج میرج میں میاں بیوی کی ناچاقی کی صورت میں یا خاندانی لڑائی جھگڑوں کی صورت میں والدین ہی مورد الزام ٹھہرائے جاتے تھے جبکہ لو میرجز میں اگر دونوں فریقین کی آپس میں نہ بنے تو والدین یہ کہہ کر بری الذمہ ہوتے ہیں کہ تم نے اپنی مرضی کی تھی اب جیسے بھی حالات ہیں ان کے ذمہ دار بھی تم خود ہو۔

مذہب اور پسندیدگی

تعلیم نے نوجوانوں کو یہ شعور دیا کہ وہ اپنی زندگی کے معاملے میں خود مختار ہیں اور ہمارے مذہب اسلام نے بھی ہر شخص کی ذاتی زندگی کے حوالے سے اس کی پسند کو ترجیح دی ہے۔ اپنے حقوق کی آگہی سے نوجوان نسل کو والدین کے سامنے اپنے حقوق کی آزادی اور پسندیدگی کا احساس دلایا اور آج کے دور میں بہت حد تک والدین اس بات کو سمجھ گئے ہیں کہ شادی بے شک دو خاندانوں کا ملاپ ہے لیکن اس میں مرکزی کرداروں لڑکا اور لڑکی کی پسند کو ضرور اہمیت دینی چاہیے۔ یہی وجہ ہے کہ ہمارے معاشرے میں بے شمار ایسی مثالیں موجود ہیں کہ خاندان والوں کی ناچاقی کے باوجود لڑکا اور لڑکی کی پسند کے باعث شادی ہو جاتی ہے لیکن ایسی شادی بعض صورتوں میں تو کامیاب ہو جاتی ہیں لیکن بعض صورتوں میں خاندان والوں کی باہمی چپقلش اور دیگر منفی عناصر کی بدولت نتائج مثبت نہیں نکلتے۔

لو میرجز ناکام کیوں؟

والدین کی رضامندی' رشتہ داروں کی ناچاقی اور اس طرح کے درپیش دیگر رکاوٹوں کو عبور کرنے کے بعد ہونے والی شادی بھی ناکام کیوں ہو جاتی ہے۔ اہم مسئلہ یہ ہے کہ جب دونوں فریقین ایک دوسرے کو پسند کرنے کے بعد سوچ سمجھ کر شادی کا فیصلہ کرتے ہیں تو آخر وہ کیا وجوہات ہیں کہ پسند اور مرضی سے کی جانیوالی شادی بھی ناکام ہو جاتی ہے۔ محبت کے تحت کی جانے والی شادیوں میں سے 50 فیصد سے زائد شادیاں ناکام ہو جاتی ہیں اور ان میں سے اکثر کی مدت ایک سال یا چند ماہ سے بھی کم ہوتی ہے۔ ہمارے سامنے بہت سی معروف شخصیات ایسی ہیں جن کی شادی کچھ عرصے بعد ہی ناکام ہو جاتی ہے اور پھر وہی فریقین جو ایک دوسرے کی تعریفیں کرتے نہیں تھکتے تھے ایک دوسرے کے خلاف محاذ آرائی پر اتر آتے ہیں اور ایک دوسرے کی دل کھول کر برائیاں کی جاتی ہیں۔ ایک دوسرے کیلئے دلوں میں موجود محبت نفرت کا روپ اختیار کر لیتی ہے اور بعض اوقات میں تو دونوں فریقین کسی نہ کسی طرح زندگی کی گاڑی کو دھکیلتے رہتے ہیں لیکن بعض اوقات حالات بالکل برداشت سے باہر ہو جاتے ہیں اور اتنے ارمانوں اور خواہشات سے کی جانے والی شادی کا نتیجہ علیحدگی کی صورت میں نکلتا ہے۔

ہمارے معاشرے میں دیکھا گیا ہے کہ ہوتا یہ ہے کہ جب دونوں فریقین ایک دوسرے کو پسند کرنے کے بعد شادی کے مضبوط بندھن میں بندھ جاتے ہیں تو مرد حضرات ساری ذمہ داری عورت پر ڈال دیتے ہیں کہ تمہیں اپنی فرمانبرداری اور سلیقہ شعاری سے نہ صرف میرے والدین کا دل جیتنا ہے بلکہ ان کے ہر ظلم و ستم کو خوش اخلاقی سے برداشت کرنا ہے اور دوسری طرف والدین اور دیگر اہل خانہ اس میں اپنی ہتک محسوس کرتے ہیں کہ ان کے لڑکے نے والدین کی اور بہنوں کی پسند کو کوئی اہمیت نہیں دی اور شادی کے معاملے میں اپنی مرضی کی بلکہ وہ اکثر لڑکے کی بجائے آنیوالی بہو کو اس قسم کے طعنوں کا نشانہ بناتے ہیں۔ ان حالات میں اگر بیچاری لڑکی شوہر سے شکوہ کرتی ہے تو الٹا اسے سمجھوتہ کرنے اور حالات کا مقابلہ کرنے کا لیکچر دیا جاتا ہے جبکہ اس قسم کا سمجھوتہ دل سے نہیں حالات سے کیا جاتا ہے اور حالات کے تحت کیا ہوا

(باقی صفحہ نمبر 46 پر)

یَاعَزِیْزُ کے حیرت انگیز اثرات

محتاجی سے چھٹکارا: اس اسم کا ذکر محتاجی سے چھٹکارا دلاتا ہے۔صبح کی نماز کے بعد اسے روزانہ سومرتبہ پڑھنے والا کبھی کسی کا محتاج نہ ہوگا اور نہ کبھی مقروض ہوگا۔اس کی ہمت ہمیشہ بلند رہے گی اور اللہ تعالیٰ اسے دوسروں کی نگاہ میں اسے باعزت رکھیں گے۔

سب سے زیادہ عزت والی ذات صرف اللہ تعالیٰ کی ذات ہے اس لیے العزیز اس کی صفت ہے۔یہ اسم عزت سے مشتق ہے جس کا مطلب قوت اور غلبہ ہے۔بعض صوفیاء کا قول ہے کہ عزیز سے مراد وہ ذات ہے کہ جس کا مقام اتنا اعلیٰ اور ارفع ہو کہ جس کا حصول ناممکن ہو اور عوام الناس کے فہم سے بالاتر ہو اور اس کا ادراک ممکن نہ ہو۔نہ وہ ذات مادی آنکھوں سے دیکھی جاسکے اور نہ ہاتھوں سے چھوئی جاسکے۔ اس لیے ایسی ذات کو عزیز کہا گیا ہے صفت عزیز کا غلبہ مثبت معنوں میں ہے جبکہ صفت جبار کا غلبہ نفی کے معنوں میں ہے۔صفت عزیز کے غلبہ میں محبت ہے جبکہ صفت جبار میں جبر وابستہ ہے۔یہ اسم جلالی ہے اور اس کے اعداد 94 ہیں' اسے ہمیشہ پڑھنے والا باعزت رہتا ہے اور دوسروں پر غالب رہتا ہے۔اس کے فوائد حسب ذیل ہیں۔

محتاجی سے چھٹکارا: اس اسم کا ذکر محتاجی سے چھٹکارا دلاتا ہے۔صبح کی نماز کے بعد اسے روزانہ سومرتبہ پڑھنے والا کبھی کسی کا محتاج نہ ہوگا اور نہ کبھی مقروض ہوگا۔اس کی ہمت ہمیشہ بلند رہے گی اور اللہ تعالیٰ اسے دوسروں کی نگاہ میں اسے باعزت رکھیں گے۔

عہدہ ومنصب کی بحالی: یہ اسم عہدہ اور منصب کی بحالی کیلئے بہت مؤثر ہے لہٰذا اگر کوئی ملازم اپنے عہدہ یا منصب سے معطل ہوجائے یا اسے نکال دیا جائے یا اس کی ترقی روک دی جائے تو اس صورت میں اسے چاہیے کہ اس اسم کو اکیس دن تک روزانہ سات ہزار مرتبہ پڑھے۔وہ انشاء اللہ اپنے منصب پر بحال ہوجائے گا اگر ترقی رکی ہوتو وہ بھی مل جائیگی۔

بحالی عزت کا عمل: اگر کوئی شخص اپنی کسی بری حرکت کی وجہ سے دوسروں کی نظروں میں ذلیل وخوار ہوگیا ہوتو اسے اپنی عزت بحال کرنے کیلئے اس اسم کو روزانہ 94 بار 40 دن تک پڑھنا چاہیے۔انشاء اللہ اس کی عزت پہلے کی طرح بحال ہوجائے گی۔ایک بزرگ کا قول ہے کہ اگر اسے فجر کی سنتوں اور فرضوں کے درمیان 41 بار روزانہ 40 دن تک پڑھا جائے تو اس کے اثرات جلدی ظاہر ہوں گے۔ایسے ہی اگر کوئی عورت اپنے خاوند کی نظروں میں ذلیل وخوار ہوتو وہ اس اسم کو ہرنماز کے بعد 40 دن تک 564 مرتبہ روزانہ پڑھے۔انشاء اللہ وہ اپنے خاوند کی نظروں میں نہایت عزت والی اور محبوب بن جائیگی۔

ہر حال میں غالب رہنا: زندگی کے ہر پہلو میں دوسروں پر غالب رہنے کیلئے یَا عَزِیْزُ یَا اَللّٰہُ کا ورد بہت مفید ہے کیونکہ اس کے ساتھ اللہ تعالیٰ کا ذاتی نام ملنے سے اثرات اور بھی قوی ہوجاتے ہیں۔جو شخص اسے روزانہ کثرت سے پڑھے اور اس کی تعداد لاکھوں تک لے جائے۔یقین رکھیں کہ وہ دین ودنیا میں ہر لحاظ سے باعزت ہوجائے گا۔ہر شخص اس کے ساتھ بڑی عزت سے پیش آئیگا۔امام بونی رحمۃ اللہ علیہ نے لکھا ہے کہ جس کے نام کے اعداد 94 ہوں اس کیلئے یہ اسم اعظم ہے اور اسے اس کا ذکر لازماً کرنا چاہیے اس کے علاوہ جس کا نام عبدالعزیز ہو اس کیلئے اس کا ذکر بیحد مفید ہے۔

یَاعَزِیْزُ کا عمل اور تعویذ: اس کا تعویذ غلبہ قائم رہنے کیلئے لوگوں کو دیا جاتا ہے مگر تعویذ دینے سے پہلے اس اسم کی زکوٰۃ ادا کریں۔اس کی زکوٰۃ یہ ہے کہ اسے 40 روز تک 9400 مرتبہ روزانہ پڑھیں۔اس کے بعد اس کا تعویذ دوسروں کو دے سکتے ہیں۔اس کا تعویذ ملازمت میں بحالی' دوسروں کی غلامی سے چھٹکارا' دشمن پر غلبہ' حکام اور ہر ملنے والے کو اپنی طرف مائل رکھنے کیلئے' باعزت زندگی بسر کرنے کیلئے اور دیگر ایسے معاملات جن میں غلبہ درکار ہو استعمال کرایا جاسکتا ہے۔

یَاعَزِیْزُ کا جامع وظیفہ: یہ وظیفہ ''یاعزیز'' ہی کی جامع صورت ہے اور ہر چیز پر غلبے کیلئے بہت ہی بےنظیر ہے۔لہٰذا جو شخص اسے کثرت سے پڑھے وہ ہر دلعزیز ہوجائے گا۔اس کے علاوہ اگر کوئی صاحب دولت مند بننے کی نیت سے اسے 40 دن تک 3125 مرتبہ پڑھے تو اس پر حصول دولت کی راہیں کھل جائینگی۔اگر کوئی شخص دس ہزار مرتبہ 21 دن میں پڑھے تو اس کی جائز حاجات پوری ہونگی۔اگر کوئی اس وظیفہ کو انگوٹھی میں رکھے تو ہمیشہ غالب اور صاحب عزت رہے گا۔

یَاعَزِیْزُ الْمُنِیْعُ الْغَالِبُ عَلٰی اَمْرِہٖ فَلَاشَیْءَ یُعَادِلُہٗ یَاعَزِیْزُ۔

(اے عزت اور قوت کیساتھ اپنے امر کے اوپر غلبہ رکھنے والے! بس کوئی چیز تیرے برابر نہیں اے غلبے والے۔)

عبرتناک واقعہ

حکیم ریاض حسین' ٹکڑوال میانوالی

مسواک کے فضائل ومناقب اور محاسن کا ذکر آیا تو اس نے ازراہ غیظ و غضب قسم کھا کر کہا کہ میں مسواک کو اپنی سرین میں استعمال کرونگا

علامہ ابن کثیر نے ابن خلکان رحمۃ اللہ تعالیٰ کے حوالے سے اپنی شہرہ آفاق کتاب (البدایہ والنہایہ جلد 13 صفحہ 207) میں ذکر کیا ہے کہ ایک شخص ابوسلامہ نامی جو بصری کا باشندہ اور نہایت بے باک اور بے غیرت تھا۔اس کے سامنے مسواک کے فضائل ومناقب اور محاسن کا ذکر آیا تو اس نے ازراہ غیظ وغضب قسم کھا کر کہا کہ میں مسواک کو اپنی سرین میں استعمال کروں گا۔چنانچہ اس نے اپنی سرین میں مسواک گھما کر اپنی قسم کو پورا کرکے دکھایا اور اس طرح مسواک کے ساتھ سخت بے حرمتی اور بے ادبی کا معاملہ کیا جس کی پاداش میں قدرتی طور پر ٹھیک نومہینہ بعد اس کے پیٹ میں تکلیف شروع ہوئی اور پھر ایک (بدشکل) جانور جنگلی چوہے جیسا اس کے پیٹ سے پیدا ہوا جس کے ایک بالشت چار انگل کی دم' چار پیر' مچھلی جیسا سر اور چار دانت باہر کی جانب نکلے ہوئے تھے پیدا ہوتے ہی یہ جانور تین بار چلایا جس پر اس کی بچی آگے بڑھی اور سر کچل کر اس نے جانور کو ہلاک کردیا اور تیسرے دن یہ شخص بھی مرگیا۔

حسد' بدگمانی اور شگون بد سے بچنے کا نبوی ﷺ طریقہ

طبرانی میں ہے کہ تین خصلتیں میری امت میں رہ جائیں گی۔(1) شگون لینا (2) حسد کرنا (3) بدگمانی کرنا۔ ایک شخص نے پوچھا حضور ﷺ پھر ان کا تدارک کیا ہے؟ فرمایا جب حسد کرے تو استغفار کرے جب گمان پیدا ہوتو اسے چھوڑ دے اور یقین نہ کر۔اور جب شگون لے خواہ نیک نکلے خواہ بد اپنے کام سے نہ رک' اسے پورا کر۔

بال سفید ہونے سے بچائیں

بال اگر وقت سے پہلے سفید ہونا شروع ہوجائیں تو رات سونے سے پہلے ایک پاؤ دودھ میں چند قطرے بادام روغن ملا لیجئے اور حسب ذائقہ چینی اس میں ملا کر پی لیجئے۔آپ ایسا روزانہ کریں کچھ عرصہ بعد بال سفید ہونا بند ہوجائیں گے اور جو بال سفید ہوچکے ہیں وہ بھی اپنی رنگت سیاہی مائل کرلیں گے۔ (حکیم مرزا منور بیگ)

عزم ارادہ | جسمانی طاقت | کامیابی ناکامی | بات بات پر | نیند اڑ گئی

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

جسمانی طاقت

میری جسمانی طاقت ختم ہو کر رہ گئی ہے اور جسمانی ضعف کی تصویر بن کر رہ گیا ہوں‘ ہڈیوں کا ڈھانچا ہوں اور گالوں پر سے گوشت ختم ہو گیا ہے‘ دل پر ہر وقت افسردگی اور اداسی چھائی رہتی ہے‘ اس بات پر سخت متفکر ہوں کہ گھر والے میری شادی کرنا چاہتے ہیں لیکن میں خود کو اس قابل نہیں سمجھتا‘ اس فکر میں شب و روز غلطاں رہتا ہوں‘ دل و دماغ الجھے رہتے ہیں دوست واحباب اور رشتے دار میری صحت کی خرابی کے بارے میں طرح طرح کی باتیں کرتے ہیں اور پوچھتے ہیں اسی لیے میں لوگوں سے ملنے سے گھبراتا ہوں‘ میرے لیے زندگی میں کوئی کشش باقی نہیں رہی۔ بہنوں بھائیوں میں سب سے بڑا ہوں‘ اس لیے والدین کی امیدوں کا مرکز ہوں لیکن میں ذہنی و جسمانی طور پر پستی میں گر گیا ہوں۔ **(اشرف علی)**

جواب: جسمانی طور پر دبلا ہونا ایک بات ہے اور جسمانی کمزوری دوسری بات ہے۔ آپ کا مسئلہ اپنی جگہ لیکن اپنے مسئلے کو ذہن پر سوار کر کے آپ ذہنی طور پر بیمار ہو جائیں گے تو پھر زندگی کے ہر شعبے میں ناکام ہوں گے۔ ذہنی دباؤ انسان کے جسمانی نظام پر بھی منفی اثرات مرتب کرتا ہے آپ جسمانی صحت کے حصول کے ساتھ ساتھ اپنے ذہن کو بھی پرسکون یکسو اور اعتماد کا حامل بنائیں۔ افسردگی اور اداسی کو دور رکھیں کہ یہ انسان کے اعصابی نظام کو نقصان پہنچاتی ہیں۔ نماز ادا کریں اور نماز فجر کے بعد آرام دہ حالت میں کمر سیدھی رکھتے ہوئے بیٹھ جائیں‘ ناک کے ذریعے آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سینہ بھر جائے تو پانچ سیکنڈ سانس روکنے کے بعد ہونٹوں کے راستے سیٹی بجانے کے انداز میں منہ کھول کر باہر نکال دیں‘ یہ عمل ٹھہر ٹھہر کر آرام کے ساتھ گیارہ بار انجام دیں بعد ازاں پانی پر ایک سو ایک بار ”یَارَحِیْمُ“ دم کر کے پی لیا کریں۔ نماز مغرب کے بعد پندرہ بیس منٹ تک چلتے پھرتے اپنی توجہ دل پر قائم رکھتے ہوئے اللہ اللہ کا ورد کریں غذا میں ہر قسم کی سبزیاں اور پھل اعتدال اور پابندی سے استعمال کیا کریں۔

کامیابی ناکامی

جو کام کرتا ہوں‘ اس میں کامیابی نہیں ہوتی‘ کچھ عرصے تک حالات ٹھیک رہتے ہیں پھر نتائج برعکس نکلنے لگتے ہیں‘ گھریلو حالات بھی اچھے نہیں ہیں‘ آئے دن مسائل کا سامنا رہتا ہے‘ افراد خانہ کی صحت بھی اچھی نہیں ہے۔ ان سب مسائل کی وجہ سے ہر وقت ذہن پر بوجھ رہتا ہے لوگوں کے درمیان ہنس بول لیتا ہوں لیکن اندر سے دل بجھا رہتا ہے۔ **(محمود احمد)**

جواب: تمام افراد خانہ صبح‘ شام پانی پر ”سورۂ حشر“ کی آیت نمبر 22 اور نمبر 23 دم کر کے پی لیا کریں۔ نماز کی پابندی کے ساتھ آپ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد تین بار ”آیت کریمہ“ اور ایک بار ”سورۂ فاتحہ“ پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کریں۔ پابندی سے ضرورت مند افراد کی مالی امداد کیا کریں۔

عزم وارادہ

میری طبیعت میں بے عملی اور جمود بہت زیادہ غالب آگیا ہے ہر کام کو ٹالتی ہوں یہاں تک کہ اہم کام بھی اس طرز عمل کی نذر ہو جاتے ہیں‘ پورا دن بے دلی سے گزار دیتی ہوں‘ پانچ منٹ کا کام آدھے گھنٹے میں کرتی ہوں اور بمشکل پورا کرتی ہوں‘ میں اپنے اندر تبدیلی پیدا کرنے سے قاصر رہتی ہوں میں اپنے اندر‘ اپنی شخصیت کے اندر تبدیلی پیدا کرنے کی خواہاں ہوں۔ **(راحیلہ)**

جواب: رات سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ کر کسی ایک نقطے پر نگاہیں مرکوز رکھتے ہوئے دل ہی دل میں ”یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ“ اندازاً پندرہ بیس منٹ تک پڑھتی رہیں اور توجہ ایک نقطے پر قائم رکھیں۔ بعد ازاں کسی سے بات کیے بغیر سو جائیں‘ ضروری بات کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے‘ اس عمل کو کم از کم نوے دنوں تک ضرور کریں‘ اس مؤثر و آزمودہ عمل کے اثر سے ان شاء اللہ آپ کے اندر حسب منشا تبدیلی واقع ہو جائے گی۔

ترقی

میرے شوہر سرکاری ملازم ہیں اور تقریباً بیس سال سے ایک ہی گریڈ میں ہیں‘ ان کے ساتھ کے لوگ دوسرے شعبوں اور محکموں میں ترقی کر چکے ہیں لیکن ان کے حالات ایسے ہیں کہ ترقی نہیں ہو سکی ہے بہت سی رکاوٹیں اور مجبوریاں آڑے آجاتی ہیں‘ ہوتا کام رک جاتا ہے۔ **(رعنا الماس)**

جواب: آپ کے شوہر نماز عشاء کے بعد اول آخر ”درود شریف“ کے ساتھ اکیس بار ”آیت الکرسی“ پڑھ کر دعا کیا کریں۔ نماز فجر کے بعد ایک تسبیح ”یَاوَهَّابُ“ کی پڑھ کر دعا کیا کریں‘ اللہ تعالیٰ فضل فرمائیں گے۔

تعلیم یافتہ بیٹا

میرے بیٹے کی عمر تیس برس کے قریب ہے‘ اعلیٰ تعلیم یافتہ ہے لیکن اس کے اندر یہ کمزوری ہے کہ بہت جلد غصے میں آجاتا ہے‘ شروع عمر سے ذرا سی بات پر ناراض ہو جانا اس کی عادت میں داخل ہے‘ راستہ چلتے‘ گاڑی چلانے کے دوران بھی غصے میں آ کر لوگوں سے تلخ کلامی کرتا ہے غصہ آجائے تو غصے کی کیفیت سے مغلوب ہو جاتا ہے‘ بعض اوقات لوگوں کو مارنے پر بھی اتر آتا ہے‘ گھر میں بھی غصہ کرتا ہے‘ چند ماہ بعد اس کی شادی ہونے والی ہے پہلے میرا خیال تھا کہ وقت کے ساتھ اس کے مزاج میں تبدیلی آجائے گی لیکن یہ کیفیت جوں کی توں ہے۔ **(بیگم رفیق)**

جواب: اعصابی کمزوری اور بچپن کے بعض حالات انسان کے اندر اس قسم کی کمزوری پیدا کر دیتے ہیں‘ اس پر قابو پانے کیلئے انسان کو خود اپنی قوت ارادی استعمال کرنی پڑتی ہے۔ بیٹے سے کہیں کہ وہ رات سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے دس منٹ یہ تصور کرے کہ وہ نیلے رنگ کے پانی کے حوض میں ڈوبا ہوا ہے۔ نماز فجر کے فوراً بعد پانی پر گیارہ بار یَاوَدُوْدُ دم کر کے پیا کرے۔ رات کو کسی بھی وقت پانی پر یَارَبُّ الرَّحِیْم ایک سو ایک بار دم کر کے پیا کرے۔ ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔

بات بات پر

شوہر کے طرزِ عمل سے دکھی ہوں' بات بات پر لعن طعن کرنا ان کی عادت ہے اور میری کسی بات پر توجہ نہیں دیتے' بچوں پر بھی ان کی توجہ نہ ہونے کے برابر ہے' کبھی تو یوں محسوس ہوتا ہے جیسے سوتیلے بچے ہیں' پڑوس میں اور میکے کے لوگوں سے ملنے جلنے پر بھی اعتراضات ہوتے ہیں' مزاج میں سختی اور کھر دراپن غالب ہے' سالوں سے ان کا یہی دستورِ عمل ہے' مسلسل بے توجہی اور سخت ماحول سے میری طبیعت پر برے اثرات غالب آتے جارہے ہیں' چہرے سے خوشی اور صحت رخصت ہوگئی ہے' اپنی عمر سے بڑی دکھائی دینے لگی ہوں۔

جواب: روزانہ پانی یا کسی بھی مشروب پر ایک بار **یَاوَدُوْدُ** دم کرکے رکھ لیں اور کسی بھی وقت شوہر کو پلا دیں' رات کو جب سو جائیں تو سورۂ فاتحہ پڑھ کر گردن کے پیچھے دم کر دیں اور اگر یہ ممکن نہ ہو تو سر پر دم کر دیا کریں۔ نمازِ عشاء کے بعد ایک سو ایک بسم اللہ شریف پوری پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ ان وظائف پر کم از کم نوے دنوں تک عمل کیا جائے۔ **(سعیدہ)**

نیند اڑ گئی

اندھیرے سے خوف آتا ہے' رات کو اکیلے سو نہیں سکتی' والدہ کو پاس سلاتی ہوں' اگر والدہ نہ ہوں تو مسئلہ ہو جاتا ہے جب تک افرادِ خانہ جاگ رہے ہوں اور میں سو جاؤں تو ٹھیک ہے لیکن اگر یہ خیال آجائے کہ سب سو چکے ہیں اور میں جاگ رہی ہوں تو پھر نیند آنکھوں سے اڑ جاتی ہے اور پوری رات اسی طرح گزر جاتی ہے' کبھی یوں محسوس ہوتا ہے کہ دورانِ نیند جسم پر وزن آ گیا ہے عالمِ خواب میں اس وزن سے نجات حاصل کرنے کی کوشش کرتی ہوں لیکن کامیاب نہیں ہوتی' اچانک آنکھ کھل جاتی ہے اور دل دھڑکتا ہوا پاتی ہوں' اگر نیند غالب آجائے تو طویل خواب دکھائی دیتے ہیں' خود کو طویل راستوں پر سفر کرتا دیکھتی ہوں۔ **(انشیں حیدر)**

جواب: اگر کوئی طبی امر مانع نہ ہو تو روزانہ تین چھوہاروں پر **یَااَللّٰہُ یَارَبُّ الرَّحِیْم** گیارہ بار دم کرکے کھا لیا کریں۔ نمازِ مغرب کے بعد ایک تسبیح **یَاحَفِیْظُ** کی پڑھ کر اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ کم از کم نوے دنوں تک ضرور ان وظائف پر کاربند رہیں۔ انشاء اللہ خوف کی اس کیفیت کا سدباب ہو جائے گا۔

بجلی کا جھٹکا

میری والدہ بلڈ پریشر کی مریضہ ہیں' ان کی عمر پچاس برس کے قریب ہے ایک سال قبل مختلف دواؤں کے استعمال کے بعد ان کی طبیعت خراب ہو گئی' علاج ہو رہا ہے' کبھی طبیعت سنبھل جاتی ہے اور کبھی خراب ہو جاتی ہے' والدہ ہر وقت پریشان رہتی ہیں اور کچھ نہ کچھ سوچتی رہتی ہیں' ان کے اکثر خیالات زائد ہوتے ہیں ہم انہیں سمجھاتے ہیں لیکن ہماری باتوں کا ان پر کوئی اثر نہیں ہوتا حالانکہ گھر میں پریشانی کی کوئی بات نہیں ہے۔ رات کو نیند نہیں آتی گولیاں استعمال کرنے کے بعد بھی بمشکل چند گھنٹوں کیلئے سوتی ہیں' ایک بار بجلی کا جھٹکا دماغ کو لگایا جا چکا ہے۔ **(نورین اشفاق)**

جواب: صبح شام اور رات گیارہ بار **بِسْمِ اللّٰہ** شریف' ایک بار سورہ فاتحہ اور ایک بار سورہ آلِ عمران کی دوسری آیت پانی پر دم کر کے والدہ کو پلائیں۔ والدہ سے کہیں کہ وہ **یَاحَفِیْظُ یَاسَلَامُ** کا ورد خود بھی کیا کریں۔ ان تمام باتوں پر عمل کرنے سے انشاء اللہ والدہ کو سکونِ قلبی حاصل ہوگا اور جسمانی امراض سے بھی اللہ تعالیٰ حفاظت فرمائیں گے۔

ڈانٹ ڈپٹ

یہ میرے بیٹے کا مسئلہ ہے۔ چند سال پہلے استاد کی ڈانٹ ڈپٹ اور سختی کے بعد اس کے اندر نروس ہونے کا مادہ بڑھ گیا اور بعد میں یہ مسئلہ ذہنی دباؤ کا باعث بن گیا۔ اب اس کا حال یہ ہے کہ وہ دنیاوی چیزوں اور بنیادی معاملات میں برائے نام دلچسپی لیتا ہے بے عمل اور آرام طلب ہو گیا ہے۔ اگرچہ اب پہلے کے مقابلے میں قدرے بہتر ہے لیکن اسے پوری طرح معمول کے مطابق نہیں کہہ سکتے ہم سب اس کے مستقبل اور ذہنی صحت کے حوالے سے متفکر ہیں۔ **(عبدالغفار)**

جواب: رات کو جب بیٹا سو جائے تو گیارہ بار بسم اللہ شریف اور سات بار سورۂ بقرہ کی آیت نمبر 117 پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے خیالی شبیہہ پر دم کر دیا کریں۔ یہ عمل چالیس روز انجام دیا جائے۔ رات کو کسی وقت ایک بار سورۂ کوثر پڑھ کر بیٹے کے تکیہ پر دم کر دیں اور یہ تکیہ کوئی دوسرا فرد استعمال نہ کرے۔ یہ عمل نوے دنوں تک جاری رکھا جائے۔ اس کے ساتھ ہی کسی اچھے طبیب سے علاج ضرور کرائیں۔

شرارتی بیٹا

ہم مشترکہ خاندان میں رہتے ہیں میرا بیٹا شرارتی طبیعت رکھتا ہے' وہ اپنے ساتھ گھر کے دوسرے بچوں کو بھی شامل کر لیتا ہے اور سب مل کر گھر میں طوفان کھڑا کر دیتے ہیں' اسے پڑھائی میں بالکل دلچسپی نہیں ہے' ہر وقت کھیل کود اور شرارتوں میں لگا رہتا ہے۔ **(امبر نقوی)**

جواب: بعض بچوں میں ذہانت اور متحرک رہنے کی قوت زیادہ ہوتی ہے اس کے تحت وہ کھیل کود اور بسا اوقات شرارتوں کی طرف راغب رہتے ہیں اس کیلئے ایک تدبیر یہ ہے کہ آپ ایسے بچوں کیلئے مناسب مصروفیت و عمل ڈھونڈ کر انہیں حکیمانہ طریقے سے ان میں مشغول و مصروف کریں۔ ان تدابیر کے ساتھ ساتھ یہ عمل کریں کہ جب بیٹا رات کو سو جائے تو سرہانے کھڑے ہو کر سورہ کوثر مناسب بلند آواز سے ایک بار پڑھ کر سر پر دم کر دیں۔ چالیس دنوں تک روزانہ صبح پانی پر **یَاوَدُوْدُ** دم کر کے رکھ لیں اور کسی بھی وقت بیٹے کو پلا دیں۔

حکیم مہتاب حسین دہلوی

انوکھی بیماریاں انوکھے علاج

اس اکسیر خارش کے استعمال سے جدید خارش تو کیا خارش کی انتہائی حالت جس نے بدن پر آبلے ہوں اور خارش سے بدن لہولہان ہو۔ اللہ کا نام لے کر صرف پندرہ دن استعمال کریں بفضل الٰہی انشاء اللہ العزیز یقیناً آرام ہوگا۔

محترم قارئین! بندہ چند مجربات لیے آپ کی خدمت میں حاضر ہے امید ہے آپ کو پسند آئیں گے۔

محلول برائے دندان درد

اس کے استعمال سے ''روتے آئے ہنستا جائے'' کے مصداق یعنی دانت کے شدید درد سے کراہتے ہوئے آنے والے مریضوں کے دانت پر اس کا ایک پھایہ رکھنے سے درد دندان فوراً دور ہو جاتا ہے اور دانتوں کے میل کچیل صاف ہو کر مثل موتی کے چمکدار اور سفید ہو جاتے ہیں۔

اجزاء: دارچینی' لونگ' عقرقرحا' کافور' پھٹکڑی خام ہر ایک ایک تولہ۔ نیلا تھوتھا بریاں' مائیں' مازو ہر ایک تین تین ماشہ سب کو باریک پیس لیں ست پودینہ' ست اجوائن چھ' چھ ماشہ۔ پوست کیکر ایک تولہ' سپرٹ 12 تولہ' کاربالک ایسڈ چھ ماشہ بھی سب کے ساتھ ڈالیں۔تمام خشک ادویات کو باریک کوٹ چھان لیں اور باقی تیل والی ادویات میں ڈال کر رکھ چھوڑیں' دن میں دھوپ میں رکھیں اور رات کو کمرے میں رکھیں۔ دس دن کے بعد چھان کر ڈھکن دار بوتل میں سنبھال لیں۔**نوٹ:** اس کے اجزاء میں اسپرٹ' کافور' ست پودینہ' ست اجوائن' اڑنے والی اشیاء ہیں۔اس لیے استعمال کے بعد شیشی کا ڈھکن مضبوطی سے بند کر دیں۔

طریقہ استعمال: روئی کا پھایہ تر کر کے دانتوں اور مسوڑھوں پر لگائیں اور منہ کو ڈھیلا چھوڑ دیں۔منہ سے لعاب نکلے گا اور درد کو فوراً تسکین ہو جائے گی۔

طلسمی لوشن

جادوئی اثر رکھنے والا یہ لوشن آنکھ جھپکنے میں درد دانت سے نجات دلاتا ہے۔اس کے اجزاء اس کی صداقت کی گواہی دیتے ہیں۔

اجزاء: ست اجوائن' ست پودینہ' کافور ہر ایک ایک تولہ' روغن لونگ' روغن دارچینی' کاربالک ایسڈ ہر ایک دو دو تولہ' ریکٹی فائیڈ اسپرٹ 10 تولہ شامل کریں۔10 دن کے بعد قابل استعمال ہوگا۔ایک پھایہ تر کر کے دانتوں پر لگائیں۔گھڑی میں وقت دیکھیں 5 منٹ میں درد دندان کافور ہو جائیگا۔

مہتابی منجن

بندہ ذیل میں منجن کا نسخہ درج کر رہا ہے میں نے اس منجن کو 10 گرام اور 50 گرام کے پیکٹ میں تیار کیا تھا اور قیمت نہایت ہی مناسب تاکہ ہر غریب و امیر اس کو خرید کر استعمال کر سکے۔فوائد و کم قیمت کے لحاظ سے مہتابی منجن اپنے علاقے میں بہت مشہور رہا۔لیکن دیگر مصروفیات کی وجہ سے مجھے اس کو محدود کرنا پڑا۔ ہر گھر میں دو سے تین تک نوجوان گھروں میں بیروزگاری کا شکار ہیں۔ میں ان بیروزگار حضرات کو اس کے بنانے کی دعوت دیتا ہوں۔ بنائیے اور خدمت خلق کے ساتھ ساتھ برسر روزگار بھی ہو جائیے۔ یہ منجن کو مختصر ہے لیکن جامع الفوائد ہے۔ برش کے ساتھ لگانے سے میل کچیل کو صاف کر کے دانتوں کو موتیوں کی مانند چمکا دیتا ہے۔ ہلتے دانتوں کو مضبوط کرتا ہے۔ مسوڑھوں سے خون اور پیپ کے آنے کو روکتا ہے۔دن بھر منہ سے خوشبو آتی رہتی ہے۔

اجزاء: کھریا مٹی تین کلو' کاربالک ایسڈ 250 گرام' روغن لونگ 25 گرام' پھٹکڑی بریاں ایک کلو' سہاگہ بریاں' میٹھا سوڈا ایک ایک کلو' سکرین 250 گرام' نمک خوردنی ایک کلو' ٹاٹری 500 گرام' ایسنس الائچی خورد 25 گرام' کافور پچاس گرام' ست پودینہ 50 گرام' ایسنس لیموں 25 گرام' سرخ میٹھا رنگ 50 گرام۔

ترکیب تیاری: اول کھڑیا مٹی کو کوٹ کر کپڑ چھان کر لیں اور اس میں کاربالک ایسڈ اچھی طرح ملا لیں کہ جذب ہو جائے باقی ادویہ بھی کوٹ کر کپڑ چھان کر کے ملا لیں۔ ایسنس الائچی اور ایسنس لیموں بھی ڈال کر اچھی طرح ملا لیں۔آخر میں رنگ اور ست پودینہ اچھی طرح ملا کر مضبوط ڈھکن والے ڈبے میں محفوظ کر لیں۔

مصفی خون برائے خارش

اس اکسیر خارش کے استعمال سے جدید خارش تو کیا خارش کی انتہائی حالت جس سے بدن پر آبلے ہوں اور خارش سے بدن لہولہان ہو۔ اللہ کا نام لے کر صرف پندرہ دن استعمال کریں بفضل الٰہی انشاء اللہ العزیز یقیناً آرام ہوگا۔ یہ نسخہ آب زر سے لکھنے کے قابل ہے۔صرف پڑھ کر چھوڑ دینے سے کچھ نہیں ہوگا۔ اسے تیار کیجئے اور اپنے مطب میں رکھ کر خارش جیسی نامراد بیماری کے مارے ہوئے مریضوں کو دے کر ان کی دعائیں بھی لیں اور علاقے میں نام بھی کمائیں۔ لیجئے اکسیر خارش کے اجزاء اور ترکیب تیاری ملاحظہ فرمائیں۔

ھوالشافی: گندھک ڈنڈا 8 تولہ' سیماب دو تولہ' گیرو 8 تولہ' قلمی شورہ 8 تولہ پہلے کوٹنے والی ادویہ کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر چھان لیں پھر ایک کڑاہی میں روغن سرشف لگا لیں پھر اس میں گندھک ڈال کر آگ پر چڑھائیں کہ گندھک پگھل کر مائع شکل اختیار کر لے تو اس میں سیماب ڈال کر نیم کے موٹے ڈنڈے سے رگڑیں کہ محلول سیاہ رنگ کا ہو جائے تو اس سیاہ محلول میں قلمی شورہ بھی ڈال دیں اور ڈنڈے سے ہلائیں کہ یکجان ہو جائے تو آخر میں گیرو ڈال کر نیم کے ڈنڈے سے رگڑائی کریں اور چولہے سے اتار کر ٹھنڈا ہونے پر دوا' کڑاہی سے کھرچ لیں اور کھرل کر کے ایسی شیشی میں ڈال کر محفوظ کر لیں کہ دوا نمی نہ پکڑے۔

طریقہ استعمال: تین ماشہ دوا اکسیر خارش صبح 8 بجے یعنی ناشتہ سے دو گھنٹے بعد اور تین ماشہ دوا شام پانچ بجے پانی کے ساتھ کھائیں۔اس کے ساتھ ذیل کا شربت بھی پئیں۔

کڑوا شربت یعنی مصفی خون شربت

اجزاء: چرائتہ 20 تولہ' برگ نیم 20 تولہ' سرپھوکہ 20 تولہ' پت پاپڑہ 10 تولہ' منڈی بوٹی 10 تولہ' ہلیلہ 15 تولہ۔

ترکیب تیاری: تمام ادویات کو مکمل پیس لیں پھر اسے میں 12 گھنٹے کے بعد آگ پر چڑھا کر اتنا پکائیں کہ پانی 4 سیر رہ جائے تو چولہے سے اتار کر ٹھنڈا ہونے پر دونوں ہاتھوں سے خوب ملیں اور چھان کر اس میں 10 سیر چینی ڈال کر آگ پر چڑھائیں۔قوام درست ہونے پر اتار کر صاف شیشیوں میں بھر لیں۔**طریقہ استعمال:** صبح' دوپہر اور شام کو ایک ایک تولہ استعمال کریں۔انشاء اللہ کچھ عرصہ استعمال سے ہی خون کی

دوا انمول خزانے کا کمال

میں امتحان دینے سے لیکر ہر گھریلو کام میں انمول خزانہ نمبر دو کا ورد کرتی ہوں ہر کام درست اور کامیابی سے بھرپور ہوتا ہے۔ڈرائیونگ لائسنس لینے کیلئے گئی کچھ لوگ فیل ہونے کے بعد ایک سائیڈ پر کھڑے تھے اور میں یہی ورد کرتی ہوئی اکیلی کامیابی سے لائسنس لے کر آ گئی۔

(والدہ فضیل' لاہور)

بارش کے پانی سے فرسٹ پوزیشن لیں

بارش کا پانی باریک کپڑے سے چھان کر خشک سفید رنگ (سفید بوتل ہو چاہے شیشہ یا پلاسٹک یہ لازم ہے) کی بوتل میں بھر کر رکھ چھوڑیں بس دن رات سارا گھر یہی پانی پیئے اگر اور زیادہ شفا پانی ہے تو مذکورہ بالا عمل اس پر پڑھ لیں

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قلعہ ڈراور برصغیر کے ان تاریخی مقامات میں سے ہے جن کے بارے میں یقینی حقائق ہیں، یہ صدیوں پرانا قلعہ آج بھی اپنی شان وشوکت میں ویسے ہے جیسے صدیوں پہلے تھا کچھ احباب کا تقاضہ تھا کہ قلعہ ڈراور دیکھنا ہے بندہ نے مخلص دوست ملک جان محمد زاہد سے عرض کی انہوں نے ہم سفر ہونے کا وعدہ کیا دوران سفر ملک صاحب نے ایک انوکھی بات بتا کر چونکا دیا کہ اس صحرا کے رہنے والوں کا چونکہ گزر بارش کے پانی سے ہوتا ہے کہ تالابوں کی شکل میں جمع ہوتا اور مجبوراً انہیں یہی پانی پینا پڑتا ہے۔ اس کی وجہ سے ان کی ذہانت، یادداشت، عقل و فراست عام لوگوں سے کہیں زیادہ ہوتی ہے اس کا زندہ ثبوت یہ ہے کہ یہاں کے طالب علم جس کلاس میں ہوں فرسٹ آتے ہیں کہ یہ بارشی علاقے کا طالب علم ہے یعنی صحرا کا باشندہ ہے وہ بغیر شرط کے اسے داخلہ دیتے ہیں کیونکہ وہ اتنا ذہین اور فطین ہوتا ہے۔ قارئین یہ حقیقت ہے اور بہت بڑی حقیقت ہے کہ جس کا بار بار تجربہ خود میرا ہے کہ بارش کا پانی اتنی اہم شفا ہے کہ جہاں جسمانی بیماریوں کیلئے شفاء ہے وہاں روحانی بیماریوں کیلئے بھی شفاء ہے روحانی بیماریوں کیلئے ایک اہم ترین عمل جس کی ہر کرنے والے کو اجازت ہے۔

روحانی عمل: اول آخر درود شریف 800 بار تسمیہ پڑھ کر ایک بار یا روزانہ دم کریں۔ جتنا زیادہ دم کرینگے اتنا زیادہ فائدہ ہوگا۔

اس عمل کے کرنے والے اتنے زیادہ لوگ اور انہیں ایسی ایسی خطرناک بیماریوں سے فائدہ ہوا کہ گمان سے باہر ہے۔ ہیپاٹائٹس، کینسر، دائمی نزلہ وزکام عرصہ دراز کی بے خوابی، پیٹ اور آنتوں کے امراض مردوں اور عورتوں کے نسوانی امراض الغرض جس نے جس مقصد کیلئے استعمال کیا اسی مقصد کیلئے فائدہ ہوا اور سوفیصد ہوا۔

معتبر کتابوں میں لکھا ہے کہ پوری دنیا میں تین پانی ایسے ہیں جن سے شفاء سوفیصد ہے۔ ایک زم زم کا پانی، دوسرا وضو سے بچا ہوا پانی، تیسرا بارش کا پانی۔

جس پانی میں اتنی شفاء ہو کیسے یقین نہ ہو کہ وہ پانی شفاء نہیں بن سکتا۔ واقعی وہی شفاء ہے یادداشت کیلئے عقل فہم اور فراست پڑھانے کیلئے وہ پانی اتنا شفاء بخش ہے۔

ایک شخص اپنے گھر بھر کی بیماریوں کی داستان لے کر آیا 9 بچے اور دو میاں بیوی گیارہ آدمیوں کی کہانی سنتے سنتے بڑا وقت ہوگیا جب وہ چپ ہوا تو میں نے اسے عرض کیا کہ بارش ہو تو بڑے بڑے تھال چھت پر رکھ دیں پھر وہ بارش کا پانی باریک کپڑے سے چھان کر خشک سفید رنگ (سفید بوتل ہو چاہے شیشہ یا پلاسٹک یہ لازم ہے) کی بوتل میں بھر کر رکھ چھوڑیں بس دن رات سارا گھر یہی پانی پیئے اگر اور زیادہ شفا پانی ہے تو مذکورہ بالا عمل اس پر پڑھ لیں۔ انہوں نے ایسا ہی کیا اور دنوں میں شفاء یابی کی خوشخبری سنائی۔ وہ چونکہ ٹیچر تھے ایک مڈل سکول میں پڑھاتے تھے اس لیے انہوں نے اور لوگوں کو بتانا شروع کیا ان کے تجربے کے مطابق 300 سے زائد گھرانوں کو میں نے بارش کے پانی پر لگایا پھر انہوں نے اور لوگوں کو بتایا نامعلوم کتنے لوگوں نے اس سے شفاء حاصل کی۔

الغرض قارئین! آپ یہ عمل ضرور کریں منرل واٹر میں وہ نہیں ہے جو ساری کائنات کی برکات وٹامنز اور منرل اس پانی میں ہیں۔ عرصہ ہوا ایک کتاب میں پڑھا تھا کہ ایک انگریز سائنس دان صرف اور صرف بارش کا پانی پیتا تھا اس کے بقول فطری زندگی اور طویل العمری کا راز بارش کے پانی میں ہے میں نے زندگی میں بیماری کو کبھی اپنے قریب آتے نہیں دیکھا اس کا راز بارش کا پانی ہے۔ آج میری عمر 87 سال ہے اور میں بظاہر 40 سال کا نظر آتا ہوں اس کی وجہ بارش کا پانی ہے کبھی کبھی اگر مجھے پانی زیادہ میسر ہو تو میں اس سے غسل بھی کرتا ہوں اور ڈراپر میں ڈال کر اسے آنکھوں میں بھی ڈالتا ہوں۔ نامعلوم کتنے لوگ ہیں جنہیں میں اس شفاء یابی کی طرف متوجہ کرتا ہوں اور ان کا شکریہ وصول کرتا ہوں۔

نفسیاتی گھریلوالجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

جب ہم کسی سے ملتے ہیں تو وہ ہمارے ذہن پر اپنا ایک تاثر چھوڑ جاتا ہے جولوگ اچھے لگتے ہیں یادبھی رہتے ہیں، آپ کو پورے پانچ سال ہوگئے اس لڑکی سے بات کرتے ہوئےلیکن آپ نے غور کیا کہ اس سے ملنے کامقصد کیا تھا۔یہی کہ تعلیم دیجائے اگر اسی مقصد کو مدنظر رکھا ہوتا تو موجودہ صورتحال سامنے نہ آتی۔

پھر بھلانا آسان ہوگا

گورنمنٹ کالج میں لیکچرار ہوں۔گزشتہ پانچ سال سے ایک لڑکی کو پڑھا رہا ہوں۔اس کے امتحان ہوچکے تو میرا رابطہ بھی تقریباً ختم ہوگیا۔ مجھے وہ ہر لحاظ سے پسند ہے۔اس سے اظہار کیا تو وہ سنجیدہ ہوگئی اس نے کہا کہ میں نے تو ایسا کبھی سوچا بھی نہیں اور اگر میرے والدین کو معلوم ہوگا تو وہ بھی بہت ناراض ہوں گے۔اس کے والدین میری بہت عزت کرتے ہیں۔میرے گھر والے بھی اس لڑکی سے میری شادی کرنے پر بہت مشکل سے رضامند ہوں گے کیونکہ میرے لیے کئی رشتے ہیں۔ان میں ایک لڑکی ڈاکٹر بھی ہے لیکن میرا کہیں بھی ہاں کرنے کو دل نہیں چاہتا جبکہ یہ لڑکی جس کا میں نے ذکر کیا کسی بھی صورت میں راضی نہیں‘میرے لیے اسے بھلانا بےحد مشکل ہورہا ہے۔**(ر۔کراچی)**

مشورہ: جب ہم کسی سے ملتے ہیں تو وہ ہمارے ذہن پر اپنا ایک تاثر چھوڑ جاتا ہے جولوگ اچھے لگتے ہیں یادبھی رہتے ہیں، آپ کو پورے پانچ سال ہوگئے اس لڑکی سے بات کرتے ہوئےلیکن آپ نے غور کیا کہ اس سے ملنے کامقصد کیا تھا۔یہی کہ تعلیم دیجائے اگر اسی مقصد کو مدنظر رکھا ہوتا تو موجودہ صورتحال سامنے نہ آتی۔یہ اچھی بات ہے کہ لڑکی نے اپنے خیالات کا صاف صاف اظہار کردیا ہے۔آپ کو یقیناً بھولنا ہوگا۔آپ کیلئے اچھی لڑکیوں کی کمی نہیں۔کسی کے بارے میں بہتر سوچیں گے تب ہی رضامندی بھی ظاہر کرسکیں گے۔فیصلہ والدین پر چھوڑ دینے سے ہی سارے مسائل حل ہوجائیں گے۔جب آپ کسی اچھی لڑکی سے منسوب ہوجائیں گے تو اسے بھلانا اور بھی آسان ہوگا۔

مایوس کرتا ہے مفلوج ہونا

ایک زمانہ تھا اپنے خاندان کا سب سے خوبصورت لڑکا ہوتا تھا‘ قسمت عروج پر تھی‘ ملک سے باہر چلا گیا بچپن سے ایک لڑکی سے محبت تھی‘ یہ میری خالہ کی بیٹی تھی مگر جب ہمارے پاس دولت آئی تو والد نے ان لوگوں کو حقیر سمجھنا شروع کردیا اور معمولی سی بات پر بہانہ بنا کر ان لوگوں سے تعلقات ہی ختم کردیئے اور شہر کے امیر ترین لوگوں میں میری شادی کردی۔ ابھی شادی ہوئے چند ہی ماہ گزرے تھے کہ میرا بہت خطرناک حادثہ ہوگیا۔بیوی پاکستان میں ہی تھی‘ اسے بلانے کی کوشش بھی ادھوری رہ گئی اور مجھے خود وطن واپس آنا پڑا۔یہاں آکر علاج کروایا لیکن آدھا جسم مفلوج ہوگیا۔لوگ کہتے ہیں تم تو خوش قسمت ہو جو زندہ بچ گئے ورنہ اس طرح کے حادثات تو جان لیوا ثابت ہوتے ہیں۔کیا میں تمام عمر مفلوج رہوں گا۔ ڈاکٹروں کی تو یہی رائے ہے۔شاید میرے مسئلے کا کوئی نفسیاتی حل ہو اور مجھ میں ارادے کے ذریعے ایسی قوت آجائے کہ میں وہیل چیئر سے اٹھ کر چلنے لگوں۔**(عبدالرشید‘لاہور)**

مشورہ: یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ انسانی جسم کی نقل وحرکت دماغ کے تابع ہے جب تک دماغ حکم نہ دے جسم کا کوئی حصہ حرکت نہیں کرتا۔اگر کسی کے دماغ کا رابطہ اس کے جسم سے کسی نہ کسی حادثے یا چوٹ کے سبب ٹوٹ جائے تو جسم مفلوج ہوجاتا ہے۔حرام مغز کی باریک تار دماغ سے نکلتی ہے اور ریڑھ کی ہڈی سے ہوتی ہوئی جسم کی نقل وحرکت کو قابو میں رکھتی ہے۔اگر کسی بھی وجہ سے ریڑھ کی ہڈی متاثر ہو تو نچلا دھڑ متاثر ہوتا ہے۔یہ اچھی بات ہے کہ حالات خواہ کیسے بھی ہوں انسان کو حوصلہ نہیں ہارنا چاہیے اور بہتری کی امید ضرور رکھنی چاہیے آپ اپنے ڈاکٹر کو دکھاتے رہیں۔ان کے کہنے کے مطابق دوائیں اور ورزش بھی جو کرسکتے ہوں یا جتنی ممکن ہو کریں۔جہاں تک قوت ارادی سے کام لے کر چلنے کی بات ہے تو ایسا ان لوگوں کیلئے ممکن ہوتا ہے جن میں جسمانی طور پر بڑا نقصان نہ ہوا ہو۔اگر حادثے سے آپ کی ریڑھ کی ہڈی متاثر ہوئی ہے تو اس کا علاج اعصابی امراض کے ماہر ڈاکٹر یا ہڈی کے ماہر ڈاکٹر ہی کریں۔نفسیاتی طور پر تو آپ خود کو مایوسیوں سے بچا کر نارمل زندگی سے قریب کرسکتے ہیں۔

ہمیشہ کیلئے خاموشی

شادی کے پانچ سال بعد بیٹی ہوئی۔اس کے دو سال بعد ایک اور بیٹی ہوئی۔اب ایک چھ سال کی ہے دوسری چار سال کی۔میری صحت بہت خراب رہتی ہے۔شوہر بیٹے کی آرزو کرتے ہیں۔ساس انہیں دوسری شادی کا مشورہ دیتی ہیں۔ میں بیان نہیں کرسکتی کہ اس وقت مجھ پر کیا گزرتی ہے۔وہ اپنی ماں کی بات بہت مسکرا کر سنتے ہیں۔مجھے بھی احساس دلاتے ہیں کہ ہماری زندگی میں بیٹے کی کمی ہے۔انہیں میری صحت کی بالکل پرواہ نہیں۔دراصل میں گاؤں کی ہوں‘تعلیمی لحاظ سے بہت پیچھے ہوں۔وہ جو کچھ کہتے ہیں‘ سنتی ہوں‘ تکلیف ہوتی ہے تو رو لیتی ہوں۔وہ لڑکیوں کو تعلیم دلوانے کے خلاف ہیں۔میں چاہتی ہوں کہ میری بیٹیاں ضرور پڑھیں اور میری طرح سسرال والوں کی باتیں نہ سنیں انہیں معلومات ہوں۔کوئی خواہ مخواہ شرمندہ نہ کرے مگر بہت خاموش ہوجاتی ہوں۔میری والدہ بھی آخری عمر میں چپ ہوگئی تھیں‘ کوئی بات کرتا تو جواب نہ دیتیں گم سم رہتیں۔لوگ کہتے جادو کروا دیا ہے۔مگر مجھے اندازہ ہوتا ہے کہ وہ بیمار تھیں۔مجھے خوف بھی ہوتا ہے کہ کہیں میں بھی ان کی طرح ہمیشہ کیلئے خاموش نہ ہوجاؤں۔**(عذرا خان‘ چیچہ وطنی)**

مشورہ: علم حاصل کرنے کا حق تو سب کو ہے خواہ وہ بیٹی ہو یا بیٹا۔آپ کے شوہر آج کے ترقی یافتہ دور میں بھی بچیوں کی تعلیم کے خلاف ہیں۔یہ جان کر بہت حیرت ہوئی۔ساس کی باتوں کا خیال نہ کریں‘شوہر کو اپنے نیک سلوک سے ہم خیال بنائیں اور بیٹیوں کی تعلیم کی اہمیت کا بھی احساس دلائیں۔ بےعلم خدا کو پہچان نہیں سکتا اور نہ ہی والدین کے مقام کو سمجھ پاتا ہے نہ اپنے حقوق وفرائض کا پتہ چلتا ہے۔کامیاب زندگی کیلئے تعلیم حاصل کرنا ضروری ہے۔عورت کا دین ودنیا کے علم میں کوشش کرنا اور اسے حاصل کرنا اس کی اپنی ذات کے ساتھ اس کے اہل خانہ کیلئے بھی بہت بہتر ہے۔بیٹیوں کی اچھی تعلیم وتربیت والدین کو بیٹوں کی کمی کا احساس نہیں ہونے دیتی۔آج کے دور میں تو بیٹیاں بیٹوں سے زیادہ ماں باپ کے کام آتی ہیں۔اپنی صحت کا خیال رکھنے کے ساتھ والدہ کی بیماری کا خوف خود پر مسلط نہ کریں۔ان کے حالات کچھ اور تھے آپ کے مختلف ہیں بلکہ آپ جدید دور کی سہولتیں حاصل کرتے ہوئے اپنی صحت بہتر بنا سکتی ہیں۔

ایک مخلص کی کاوش

کرایہ دار سے مکان خالی کروانے کیلئے

جس گھر میں ناچاقی کی فضاء ہروقت قائم رہتی ہوتو اس مقصد کیلئے گھر کا کوئی بھی فرد باوضو ہوکر 21 مرتبہ سورۂ فاتحہ اول آخر درود پاک 11 بار پڑھ کر گھر کے تمام افراد پر اور گھر کے کونوں میں پھونک مار دے انشاء اللہ گھر میں امن وسکون قائم ہوجائیگا

کرایہ دار سے مکان خالی کروانے کیلئے

جوکوئی اپنے کرایہ دار سے دکان یا مکان خالی کروانا چاہتا ہو یا کوئی ناجائز قابض ہوگیا ہو اور کسی بھی جائز طریقے سے خالی کرنے کو تیار نہ ہو تو ذیل کا عمل کرے۔

اس مقصد کیلئے قبلہ رخ کھڑے ہوکر بعد نماز مغرب اول آخر 11 بار درود پاک 41 مرتبہ سورۃ فاتحہ 41 مرتبہ سورۂ اخلاص اور 300 مرتبہ آیت کریمہ پڑھ کر اپنے ہاتھ دعا کے لیے بلند کرے کہ وہ سر سے اوپر ہوجائیں پھر اللہ سے انتہائی عاجزی سے دعا مانگے یہ عمل 11 دن تک کرے انشاء اللہ مراد پوری ہوگی۔

تنبیہ: اس عمل کو ناجائز بالکل نہ کرے اور گیارہ روز سے زائد کرنے کی اجازت نہیں اگر گیارہ روز سے پہلے مقصد حاصل ہوجائے تو اس عمل کو اسی وقت روک دیں اور مقصد حاصل ہونے کے بعد حسب توفیق خیرات فقراء میں تقسیم کریں۔

ہیروئن کا نشہ چھڑانے اور زناکاری کا علاج

جوکوئی ہیروئن کے نشہ میں غرق ہوکر گھر کی پونجی اور اپنی صحت برباد کررہا ہو اور کسی بھی طریقہ سے باز نہ آتا ہو تو ذیل کا عمل کریں۔ انشاء اللہ لعنت بد سے شفاء ملے گی۔ ہفتے میں تین دن یعنی جمعرات' جمعہ اور پیر کو یہ عمل کرے۔ ان دنوں کی راتوں کو کسی مٹھائی یا پانی پر ذیل کی سورۂ مبارکہ پڑھ کر دم کریں اور نشئی کو اس وقت کھلائیں یا پلائیں جس وقت اس کا نشہ ٹوٹ چکا ہو اس کے علاوہ سورۂ فاتحہ 7 بار' اول آخر درود شریف 7 مرتبہ پڑھ کر دم بھی کریں۔ سورۂ مبارکہ یہ ہیں۔ سورۂ فاتحہ 41 مرتبہ' سورۂ اخلاص 41 مرتبہ' سورۂ جمعہ 3 مرتبہ' سورۂ رحمٰن 3 مرتبہ' سورۂ مزمل 3 مرتبہ' درود پاک اول آخر 41 مرتبہ' انشاء اللہ 90 دن کے عمل سے نشئی ہمیشہ کیلئے نشہ سے متنفر ہوجائے گا اور پھر کوئی ترغیب وتحریص اس کو اس بدعادت پر مجبور نہ کرسکے گی۔

زبان کی ہکلاہٹ

جس کسی کی زبان میں ہکلاہٹ یا توتلا پن ہو ایسے میں یہ عمل نہایت کارآمد ہے۔ روزانہ بعد نماز فجر ایک میٹھا بسکٹ لے کر زعفران سے سورۂ فاتحہ لکھ کر سورۂ فاتحہ ایک مرتبہ بمعہ اول آخر درود پاک ایک مرتبہ پڑھ کر دم کرکے مریض کو کھلائیں 40 یوم کے بلاناغہ عمل سے شفاء ملے گی۔

اتفاق ومحبت کیلئے

جس گھر میں ناچاقی کی فضاء ہروقت قائم رہتی ہوتو اس مقصد کیلئے گھر کا کوئی بھی فرد باوضو ہوکر 21 مرتبہ سورۂ فاتحہ اول آخر درود پاک 11 بار پڑھ کر گھر کے تمام افراد پر اور گھر کے کونوں میں پھونک مار دے انشاء اللہ گھر میں امن وسکون قائم ہوجائیگا۔

اچھے رشتے کی خواہش

اگر کوئی اس بات کا خواہاں ہو کہ اس کا رشتہ اچھی جگہ پر ہوجائے تو اس کیلئے یہ عمل فائدہ مند ہے۔ ہرروز بعد از نماز فجر اور عشاء کسی سے بھی کلام کیے بغیر اپنے مقصد کو پیش نظر رکھ کر 40 مرتبہ سورۂ فاتحہ اول وآخر درود پاک گیارہ مرتبہ پڑھ کر دعا مانگے انشاء اللہ 40 یوم کے بلاناغہ عمل سے مراد پوری ہوگی۔ عاجزی لازم ہے۔

سر کے درد کیلئے

اگر کوئی شخص چاہے کہ اس کے سر میں کبھی درد نہ ہو۔ وہ شخص سات سات مرتبہ سر پر ہاتھ رکھ کر صبح اور مغرب کی نماز کے بعد اس مبارک آیت کو پڑھے۔ يُسَبِّحُ لِلّٰهِ مَافِى السَّمٰوٰتِ سے لیکر شَىْءٍ قَدِيْر **(تغابن' 1)** تک پڑھے۔ انشاء اللہ کبھی سر میں درد نہ ہوگا اور نہ کبھی آنکھیں دکھیں گی۔

ستر ہزار ملائکہ حفاظت کرتے ہیں

میں سورۂ حشر کی آخر کی تین آیت روزانہ 3 مرتبہ رات کو سوتے وقت پڑھتی ہوں۔ اس کے پڑھنے سے 70 ہزار ملائکہ حفاظت کرتے ہیں۔ ایک رات گرمیوں میں سوتے وقت ہم گھر کا مین دروازہ بند کرنا بھول گئے۔ وہ علاقہ بہت خطرناک ہے۔ وہاں چوری کا بہت خطرہ ہے۔ دروازہ ساری رات کھلا رہا میں نے خواب میں دیکھا کہ میں کسی بازار میں کھڑی ہوں اور بہت سارے فوجی میرے اردگرد میرا حصار کرکے کھڑے ہیں۔ یہ آیت مبارکہ کی برکت تھی کہ ہمارے گھر کا دروازہ کھولا رہنے کے باوجود اللہ تعالیٰ نے ہمیں اپنے امان میں رکھا۔ اس دن کے بعد میں یہ آیت سوتے وقت پڑھنا کبھی بھی نہیں بھولتی۔ **(مہوش رحمان)**

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس' مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہورہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ **لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔**

زین العابدین' شہزاد شکیل' خلیل احمد' اٹک۔ شاہد محمود شاہد' عبدالرشید ارائیں' اہلیہ محمد نوید' رحمان' گوجرانوالہ۔ محمد امجد' ماسٹر محمد ادریس' ثمینہ احسان' طاہرہ وزیر' نادیہ گل' عبدالرحمٰن قریشی' نائلہ لالہ موسیٰ' مجید شامی' مسز اظہر' طاہرہ پروین' فاطمہ سلیم' ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ خالد حسین' محمد ثوبان' دردہ آصف' بنت جمشید چغتائی' محمد اسلم' بلال احمد' پنڈی۔ عبدالصمد' سکھر۔ اہلیہ عبداللہ' شفاعت امجد' مریم مرتضیٰ' فیصل آباد۔ شاہد' گوجرانوالہ۔ عتیق الرحمٰن' محمد زمان' والدہ طاہرہ' پشاور۔ سید اختر علی شاہ' شمس الزمان' عثمان عطاء' بنت جمشید چغتائی' محمد الطاف حسین' حافظ تحسین' شمس الزمان' عمارہ ثانی' عبدالعزیز ہاشمی' شکیب امجد' مسز ناصر' مسز عثمانی کراچی' سمیرا رفیق' ندیم' والدہ فیصل' حافظ محمد فیصل ضیاء' ڈیرہ غازیخان۔ انیلہ خالد' سرحد۔ عبدالروف' حسن اللہ ہاشمی' محمد عاصف' صائم خان' حافظ عثمان غنی' سید محمد سلیم' سعدیہ صدیقہ' سرگودھا۔ حافظ محمد سلیم انور' نصرت' کوہاٹ۔ ارم عائشہ' ارینہ' طیب' محمد امجد' محمد اکرم' ساجدہ' نسیم اختر' تحویل' حمیرا' محمد سلیم' محمد احمد' لیاقت علی شاہ' ضیاء السلام' خالدہ منظور' نوشیرواں۔ ادیبہ قیوم' راحیلہ' مہرالنساء' راحیل احمد' نورین قمر' صدف رفیق' ساجدہ نواز' محمد فیصل الیاس' کنول' میاں عبدالمجید + اہلیہ' ملک شہزاد الحق' مسز زاہد' محمد عاصف فرح' عمران صدیق + بہن' لاہور۔ شوکت علی' فیصل آباد۔ محمد رمضان' پاکپتن۔ محمد کاشف' بہاولنگر۔ آصف محمود + اہلیہ' اسلام آباد۔ روبینہ عارف' مسز نواز' بلقیس اختر' حسنین' عامر شہزاد' ارم' شاہد محمود' احسان لطیف' حافظ شفیق' محمد اشرف' علی محمد' دینہ۔ محمد اشفاق + اہلیہ' لاہور۔ شازیہ منظور' گوجرانوالہ۔ طاہر اقبال ہوتی' محمد حذیفہ' جھنگ۔ تصور خانم' گجرات۔ محمد آصف' فیصل آباد۔ شہزاد محمود' داؤد رضا' یاسمین جہانگیر' یاسمیں' فوزیہ' محمد جاوید' خالدہ پروین' عامر' عروج طارق' ریحانہ اعجاز' شفقت علی' عظیم + اہلیہ۔ عبداللہ' گکھڑ۔

پہلے سنت پھر صحت

آپ ﷺ نے فرمایا کہ سب سے پہلے بندے کا حساب پا کی اور طہارت سے متعلق ہوگا۔حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا عائشہ ؓ ان دونوں کپڑوں کو دھو دو' کیا تمہیں نہیں معلوم کپڑے تسبیح کرتے ہیں

(بنت یونس' گجرات)

ارسلان پانچویں جماعت کا طالب علم تھا اور بہت محنتی تھا اس کے ابو نے ایک دفعہ اسے بتایا کہ دودھ پینے سے صحت اچھی رہتی ہے اور آپ پڑھائی بھی اچھی طرح کرسکو گے اس لیے ہر روز رات کو سوتے وقت دودھ پیا کرو۔

ارسلان کی عادت بن گئی وہ روز رات کو دودھ پی کر سوتا ایک دن اس کے دادا ابو گاؤں سے ان کے گھر آئے ارسلان کو دودھ پیتے دیکھ کر بہت خوش ہوئے اور ارسلان سے پوچھا کہ دودھ پینے کی دعا یاد ہے تو ارسلان دادا ابو کے منہ کی طرف حیرانی سے دیکھنے لگا تو انہوں نے بتایا کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا جس کو اللہ تعالیٰ دودھ پلائے وہ یہ کہے "اللھم بارک لنا فیہ وزدنا منہ (ترجمہ) اے اللہ! تو ہمیں اس میں برکت دے اور یہ ہمیں اور زیادہ نصیب فرما" اور آپ ﷺ نے فرمایا جب دودھ پیو تو کلی کرو کہ اس میں چکناہٹ ہوتی ہے۔ارسلان بہت خوش ہوا کہ دادا ابو نے اسے دودھ پینے کی دو سنتیں بتائی تھیں اب وہ ہر روز 2 سو شہیدوں کا ثواب کمائے گا اور سنت پر عمل کرے گا تو صحت بنے گی اور صحت ہوگی تو کامیابی ماتھا چومے گی۔

صاف کپڑا تسبیح کرتا ہے

سلمیٰ اور عائشہ ایک ہی کلاس میں پڑھتی تھیں' عائشہ کے کپڑے صاف ستھرے ہوتے تھے لیکن اس کے برعکس سلمیٰ کے کپڑے میلے ہوتے تھے۔ایک دن عائشہ اسے اپنے گھر لے گئی تو اس کی امی نے سلمیٰ سے بجائے گھن کرنے کے اسے سمجھایا کہ دیکھو سلمیٰ بیٹا' صفائی نصف ایمان ہے اور آپ ﷺ نے فرمایا کہ سب سے پہلے بندے کا حساب پاکی اور طہارت سے متعلق ہوگا اور بیٹا حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ نبی اکرم ﷺ نے فرمایا عائشہؓ ان دونوں کپڑوں کو دھودو' کیا تمہیں نہیں معلوم کپڑے تسبیح کرتے ہیں (جب پاک صاف رہتے ہیں) اور جب کپڑا گندا ہوجاتا ہے تو اس کی تسبیح بند ہوجاتی ہے۔

سلمیٰ نے وعدہ کیا کہ اب وہ صاف ستھری رہے گی پھر اس نے عائشہ کا پوچھا کہ وہ کہاں ہے تو اس کی امی نے بتایا کہ وہ برتن دھو رہی ہے اتنے میں عائشہ بھی آگئی تو کہنے لگی کہ میں نے تمہارے لیے چائے بنائی تو سوچا جب تک امی تم سے بات کررہی ہیں میں دیگچی دھولوں' سلمیٰ فوراً بولی کہ رہنے دیتی بعد میں باقی برتنوں کے ساتھ ہی دھل جاتی تو عائشہ بولی کہ نہیں بلکہ میری امی جان نے بتایا ہے کہ حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی حدیث میں ہے کہ برتنوں کا دھلا رکھنا اور صحن کا صاف رکھنا غنا کا باعث ہے۔

پھر عائشہ کہنے لگی کہ امی جان آپ نے جو ایک اور حدیث مجھے بتائی تھی وہ تو سلمیٰ کو بتائی ہی نہیں امی جان کے پوچھنے پر اس نے یاد کروایا کہ آپ ﷺ نے فرمایا اپنے جسم کو پاک صاف رکھو جو بندہ طہارت کی حالت میں رات گزارتا ہے (یعنی باوضو) تو اس کے ساتھ اس کے بستر پر فرشتے رات گزارتے ہیں اور اس کی ہر کروٹ پر فرشتہ یہ کہتا ہے اے اللہ اس بندے کی مغفرت فرما اس نے رات طہارت کے ساتھ گزاری ہے۔سلمیٰ کو بہت خوشی ہوئی کہ اسے اتنی اچھی دوست ملی اس نے ان کا شکریہ ادا کیا اور کہنے لگی آنٹی اب میں وقت ضائع کرنے کی بجائے روز آپ کے پاس آکر پیاری پیاری سنتیں سیکھا کروں گی۔

جو اللہ کا ہوگیا اللہ اس کا ہوگیا

(قندیل شاہد' ڈیرہ غازیخان)

حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ کوئی شخص کسی جنگل میں تھا یکایک اس نے ایک بدلی میں یہ آواز سنی کہ فلاں شخص کے باغ کو پانی دے اس آواز کے ساتھ وہ بدلی چلی گئی اور ایک پہاڑی وادی میں خوب پانی برسا اور تمام پانی ایک نالہ میں جمع ہوکر چلا یہ شخص اس پانی کے پیچھے ہولیا۔دیکھتا کیا ہے کہ ایک شخص اپنے باغ میں بیلچہ سے پانی پھیر رہا ہے۔اس نے اس باغ والے سے پوچھا کہ اے بندے تیرا نام کیا ہے؟ اس نے وہی نام بتایا جو اس نے بدلی میں سنا تھا۔پھر باغ والے نے اس سے پوچھا کہ اے بندۂ خدا تو میرا نام کیوں دریافت کرتا ہے اس نے کہا کہ میں نے اس بدلی میں جس کا یہ پانی ہے ایک آواز سنی کہ تیرا نام لے کر کہا کہ اس کے باغ کو پانی دے تو اس میں کیا عمل کرتا ہے کہ اس قدر مقبول ہے۔اس نے کہا جب تو نے پوچھا تو میں بتلاتا ہوں کہ میں اس کی کل پیداوار کو دیکھتا ہوں اس میں ایک تہائی خیرات کردیتا ہوں۔ایک تہائی اپنے لیے اور بال بچوں کیلئے رکھ لیتا ہوں اور ایک تہائی پھر اسی باغ میں لگا دیتا ہوں۔

سبحان اللہ کیا خدا کی رحمت ہے کہ جو اس کی اطاعت کرتا ہے اس کے کام غیب سے اس طرح سرانجام ہوجاتے ہیں کہ اس کو خبر بھی نہیں ہوتی۔بیشک سچ ہے جو اللہ کا ہوگیا اس کا اللہ ہوگیا۔

شیطان کے پندرہ دشمن

حضرت فقیہ ابواللیث سمرقندی رحمتہ اللہ علیہ نے اپنی کتاب میں وہب بن منبہ رحمتہ اللہ علیہ سے ایک روایت نقل فرمائی ہے اس میں ہے کہ حضور ﷺ نے شیطان سے پوچھا کہ اے ملعون! تیرے کتنے دشمن ہیں؟ تو شیطان نے جواب دیا کہ پندرہ قسم کے لوگ میرے دشمن ہیں۔

1۔سب سے پہلے دشمن آپ ﷺ ہیں۔

2۔عادل بادشاہ اور عادل حکام۔

3۔متواضع مالدار۔

4۔سچا تاجر۔5۔خشوع کرنے والا عالم۔

6۔خیر خواہی کرنے والا مومن۔7۔رحم دل مومن۔

8۔توبہ کرکے ثابت قدم رہنے والا۔9۔حرام سے پرہیز کرنے والا۔10۔ ہمیشہ طہارت پر رہنے والا مومن۔ 11۔کثرت سے صدقہ کرنے والا مومن۔12۔لوگوں کے ساتھ اچھا برتاؤ کرنے والا مومن۔13۔لوگوں کو نفع پہنچانے والا مومن۔14۔قرآن کریم کی ہمیشہ تلاوت کرنے والا عالم وحافظ۔15۔رات میں ایسے وقت تہجد اور نفل پڑھنے والا جس وقت سب لوگ سو چکے ہوں۔

نزلے' زکام' فلو کا مفت علاج

2 کلو پانی گرم کرلیں اتنا گرم کہ آپ برداشت کرسکیں اسے سر میں آہستہ آہستہ ڈال کر دھوئیں' تیل صابن کی ضرورت نہیں' دن میں ایک مرتبہ یا دو مرتبہ یہ عمل کریں۔انشاء اللہ نزلے زکام سے فوراً آرام آجائیگا۔**(عبدالغفار' سیالکوٹ)**

جنات نے سورۂ اخلاص سنی

محمد شعیب فانی

رات میں کافی سیاہی آچکی تھی۔ہمشیرہ نے روکا اور بہت روکا کہ کافی تاخیر ہوچکی ہے اب صبح چلے جانا لیکن میں تھا کہ نہ مانا اور نکل کھڑا ہوا۔سڑک ویران وسنسان تھی کہ ذی روح چیز کا نام ونشان تک نہ تھا۔حتیٰ کہ چرند پرند بھی اپنے اپنے گھونسلوں میں خاموشی اختیار کرچکے تھے

انسانی زندگی میں کچھ واقعات ایسے بھی ہوتے ہیں جو فراموش کرنے کے باوجود بھی ناقابل فراموش بن جاتے ہیں‘ وہ کسی بھی لمحہ اور گھڑی دل ودماغ کے دریچوں سے نہیں مٹتے اور آنے والی زندگی کیلئے عبرت اور سبق بن جاتے ہیں۔انہی واقعات میں سے ایک واقعہ میرے دوست محمد رفیق کے ساتھ بھی پیش آیا۔آیئے ان کی کہانی انہی کی زبانی سنتے ہیں۔

میری بڑی ہمشیرہ کا گھر ہم سے کچھ فاصلہ پر تھا اور مجھے کچھ سامان دینے ان کے ہاں جانا تھا‘ والدہ منت سماجت کرتی رہی جلدی جاؤ اور پھر جلد ہی واپس آنے کی کوشش کرنا لیکن میں تاخیر کرتا رہا بالآخر جب میں ہمشیرہ کے گھر پہنچا تو اندھیرا اپنے سفر ومنزل کی جانب رواں دواں تھا۔سامان دیا جب میرا واپسی کا ارادہ ہوا تو عشاء کی نماز ہوچکی تھی۔رات میں کافی سیاہی آچکی تھی۔ہمشیرہ نے روکا اور بہت روکا کہ کافی تاخیر ہوچکی ہے اب صبح چلے جانا لیکن میں تھا کہ نہ مانا اور نکل کھڑا ہوا۔سڑک ویران وسنسان تھی کہ ذی روح چیز کا نام ونشان تک نہ تھا۔حتیٰ کہ چرند پرند بھی اپنے اپنے گھونسلوں میں خاموشی اختیار کرچکے تھے میں چل تو پڑا تھا لیکن دل ہی دل میں بہت زیادہ پچھتا رہا تھا رات میں سیاہی اتنی کہ کچھ دکھائی نہ دیتا تھا۔

سڑک کے بائیں جانب جاری نہر میں پانی بھی خاموشی سے رواں دواں تھا سڑک کے دونوں کنارے لگے درخت رات کی تاریکی میں اضافہ کررہے تھے اس کٹھن حالت میں سائیکل نہ تو تیز چلا سکتا تھا کہ کہیں گر نہ پڑوں اور نہ آہستہ کہ پھر کافی تاخیر ہوجائے گی اسی کشمکش میں معتدل رفتار کے ساتھ جارہا تھا کہ یکا یک سڑک کے کنارے میں موجود ایک جھنڈ سے بھاری بھرکم کھا جانے والی آواز میرے کانوں سے ٹکرائی ”رک جاؤ“ میں دھڑام سے نیچے گرا اور میری سائیکل میرے اوپر تھی میں نے اپنے آپ کو سنبھالا‘ اٹھا ادھر اُدھر دیکھا تو اندھیرے کے سوا کچھ نہ تھا۔کون ہو‘ کہاں جارہے ہو؟ کوئی مخفی شخص یہ سوال مجھ سے کررہا تھا میں نے اپنا نام بتلایا اور رات کو نکلنے کی وجہ بتلائی۔

چلو سورۃ الاخلاص سناؤ یہ عورت کی آواز تھی میں نے لڑکھڑاتی ہوئی زبان سے جلدی جلدی سنا ڈالی۔سورۂ قریش سناؤ یہ فرمائش مرد کی تھی وہ بھی سنا ڈالی اب جاؤ اور آئندہ کبھی رات کو سفر نہ کرنا میں آیت الکرسی پڑھتا ہوا گھر پہنچا تو مجھے سخت بخار ہوچکا تھا سخت سردی کے موسم میں بھی پسینہ ٹپک رہا تھا مکمل ہفتہ بستر پر پڑا رہا اور رات کو بھی کافی ڈر لگتا تھا اور آج بھی یہ واقعہ بھولا نہیں۔

مجھے نہیں معلوم کہ میرے ساتھ کسی نے مذاق کیا تھا اور وہ واقعی مرد وعورت تھے یا کوئی لڑکا ہی آواز بدل کر ڈرا رہا تھا یا پھر کوئی جناتی مخلوق تھی۔میں آج تک نہیں سمجھ سکا۔پھر میں نے کبھی رات میں سفر نہیں کیا اگر مجبوراً نکلنا بھی پڑا تو مسنون دعائیں پڑھ کر گیا۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ایڈیٹر کی کتابیں‘ رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ہم آپ کے بے حد شکر گزار رہوں گے۔**(ادارہ)**

نوٹ: بعض قارئین اخبارات ورسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

عدیل بابر‘ ملتان۔بیگم منظور‘ حویلی لکھا۔عدیل خالد‘ لاہور۔فاطمہ عزیز‘ لاہور۔منظور احمد‘ لاہور۔ملک محمد یعقوب‘ کینٹ راولپنڈی۔ذکیہ اقتدار‘ بہاولنگر۔بنت یونس‘ گجرات۔رشیدہ خانم‘ لاہور۔عزیز الرحمان عزیز‘ پشاور۔محمد طیب‘ لاہور۔محمد شہزاد مجذوبی‘ کراچی۔قندیل شاہد‘ ڈیرہ غازیخان محمد حبیب الرحمٰن نقشبندی‘ لاہور۔

شہید کامل اور شہید ناقص

شہید کامل کو غسل وکفن کچھ نہ دیا جائے گا‘ خون آلود کپڑوں میں ہی نماز جنازہ پڑھا کر دفن کیا جائیگا۔

شہید کو جنت کی بشارت دی جاتی ہے۔ایک شہید کامل ہوتا ہے ایک شہید ناقص۔شہید کامل جو اللہ کی راہ میں مارا جائے۔اس کی کئی صورتیں ہوں گی جو دشمن اسلام سے مقابلہ کرتے ہوئے یا بغیر مقابلہ کے آلہ جارحہ سے قتل کیا جائے‘ اسلام مع عقل وطہارت دشمنوں کا شکار ہوجائے یا کسی اور طرح سے ان کی طرف سے مارا جائے گیس سے دم گھٹنے‘ فاقہ سے یا دیوار گرا کر‘ پانی میں ڈبو کر یعنی کسی اذیت جسمانی کے طریقے سے جان دینے والا شہید کامل ہوگا۔شہید کا بڑا درجہ ہے فرمایا گیا ہے اس کے خون کا قطرہ زمین پر گرنے سے پہلے اس کو بخش دیا جاتا ہے۔شہید کامل کو غسل وکفن کچھ نہ دیا جائے گا‘ خون آلود کپڑوں میں ہی نماز جنازہ پڑھا کر دفن کیا جائیگا۔اس کو آخرت میں حیات ابدی اور مخصوص رزق عطا ہوتا ہے۔اللہ تعالیٰ کی راہ میں شہید ہونے والے زندہ ہوتے ہیں ان کو مردہ کہنا منع ہے۔ان کی زندگی کا شعور ہم کو نہیں ہوتا۔اس کی حقیقت اللہ جانے یا شہید ہونے والا بندہ جانے۔ان کی حیات میں شک لانا منع ہے۔

شہید ناقص اوپر بیان کردہ اسباب سے علاوہ طریقوں سے وفات پانے والے ہوتے ہیں ان کی بہت سی قسمیں ہیں۔ان کے احکام جدا ہیں۔ان کو باقاعدہ غسل دیا جائیگا‘ اللہ کریم کی رحمت بے انتہا ہے آخرت میں ان کو بے حد وحساب ثواب دیا جائے گا جو مثل شہید کامل بھی ہوسکتا ہے۔

مولا کریم جل جلالہٗ اپنے محبوب نبی اکرم ﷺ کی امت پر اس قدر مہربان ہے کہ اس کی بخشش کے کئی طرح کے بہانے وضع کررکھے ہیں۔اب شہید ناقص کی تفصیل بیان کی جاتی ہے۔

☆ حادثاتی طور پر پانی میں ڈوب کر مرنے والا۔☆ مکان وغیرہ کے گرنے سے نیچے دب کر مرنے والا۔☆ دوران سفر مرنے والا۔☆ آگ سے جل کر مرنے والا۔☆ اسہال یا استسقاء سے جان دینے والا۔☆ طاعون یا ہیضہ سے ہونیوالی موت۔☆ پسلی کے درد سے وفات۔☆ سل تپ دق سے مرنیوالا۔☆ مرگی سے آنیوالی موت ☆ اپنے مال ومتاع کی حفاظت میں جان دینے والا۔☆ جان بچانے کی کوشش میں مرنے والا۔

ناجائز قبضہ کا انجام

منظور احمد' احمد پور شرقیہ

دروازہ توڑ کر اندر داخل ہوئے۔ دیکھا تو وہ صاحب چارپائی پر مرے پڑے ہیں ٹانگیں اس انداز میں تھیں کہ جیسے تڑپتے رہے ہیں اور ہاتھ معافی مانگنے کے انداز میں بندھے ہوئے تھے نہ جانے رات کے کس پہر میں وہ فوت ہوگئے

اللہ سب سے بڑا طاقت والا ہے۔ ہم لوگ گفتگو میں یہ الفاظ استعمال کرتے تاکہ دوسرے پر اپنے علمیت کا رعب پڑے کہ یہ شخص پڑھا لکھا ہے اور اسلامی ذہن رکھتا ہے لیکن جب تھوڑی سی طاقت اللہ پاک اس شخص کو عنایت فرماتے ہیں یا اقتدار ملتا ہے یا دولت ملتی ہے وہ سب کچھ بھول جاتا ہے اور کہتا ہے وہ طاقت والا ہے اور طاقت کے نشے میں بھول جاتا ہے کہ اس کا انجام کیا ہوگا اور ظلم کرتا ہی چلا جاتا ہے۔ ہمارے علاقے میں ایک صاحب رہتے تھے' غریب تھے۔ اللہ پاک نے اپنی رحمت کے ذریعے امیر بنادیا۔ دولت گھر میں آنے لگی اور ان کی دوستی پولیس ملازمین کے ساتھ شروع ہوگئی کیونکہ اکثر پولیس ملازمین کے ہاں حلال وحرام کی کوئی تمیز نہیں ہوتی اور دوستی بھی اپنا رنگ دکھاتی ہے ان کے ہاں پولیس ملازمین کا آنا جانا زیادہ شروع ہوگیا اور تھانہ کے فیصلے ان کے پاس ہونے لگے۔ پولیس آفیسران کو دعوت دینے میں فخر محسوس کرتے تھے اور جو بھی ایس ایچ او نیا آتا سب سے پہلے ان کو ملنے کیلئے آتا تھا اور پولیس کی زبان میں پولیس کے ساتھ زیادہ ''تعاون'' کرنے والے تھے۔

گھر میں دولت کی فراوانی ہوگئی اور شہر کی بااثر شخصیات میں شمار ہونے لگے اور ناجائز قبضے کرنا' ناجائز گرفتار کرادینا' ناجائز رہا کرادینا روز کا معمول تھا۔ یہ قانون قدرت ہے کہ جب ظلم حد سے بڑھتا ہے تو اللہ پاک کا نظام عدل آن ہوجاتا ہے۔ ان صاحب کے بچوں نے سب سے پہلے جانے سے انکار کردیا چونکہ دولت کی ریل پیل تھی اس لیے ان صاحب نے کہا اچھا کوئی بات نہیں کہ اتنی رقم اکٹھی ہوگئی ہے۔ اس لیے تعلیم کی ضرورت نہیں ہے اس طرح ان کا کوئی بیٹا بھی تعلیم حاصل نہیں کرسکا۔ آخری عمر میں ان صاحب نے ایک پلاٹ پر ناجائز قبضہ کیا۔ مالک بیرون ملک رہتا تھا اس نے اپنی زندگی کی جمع پونجی اکٹھی کرکے پلاٹ خریدا تھا۔ اس کی جو جب علم ہوا کہ پلاٹ پر ناجائز قبضہ ہوگیا ہے تو فوراً پاکستان آیا۔ مگر اس کی چھٹی مختصر تھی۔ الٹا مالک کو دھمکیاں دیں کہ پلاٹ چھوڑ دو ورنہ ناجائز مقدمہ میں گرفتار کرا کر اندر کرادوں گا۔ اصل مالک روتا ہوا واپس چلا گیا اور وہ صاحب اس پلاٹ میں سونے لگے۔ بالکل صحت مند تھے۔ ان کی عادت تھی کہ صبح سات بجے پلاٹ سے گھر واپس آجاتے تھے۔ 9 بجے تک واپس نہ آئے تو گھر والوں کو تشویش ہوئی۔ پلاٹ پر گئے دروازہ اندر سے بند تھا۔ دروازہ توڑ کر اندر داخل ہوئے۔ دیکھا تو وہ صاحب چارپائی پر مرے پڑے ہیں ٹانگیں اس انداز میں تھیں کہ جیسے تڑپتے رہے ہیں اور ہاتھ معافی مانگنے کے انداز میں بندھے ہوئے تھے نہ جانے رات کے کس پہر میں وہ فوت ہوگئے۔

اس پلاٹ میں کوئی نہیں جاتا وہاں سے مختلف قسم کی ڈراونی آوازیں آتی ہیں جس دولت کو انہوں نے اکٹھا کیا اس کی بنیاد پر ان کے بچے ہر وقت آپس میں لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔ گھر میں سکون نام کی کوئی چیز نہیں ہے۔ ہر بھائی دوسرے بھائی کو مارنے پر تلا ہوا ہے گھر کا خرچہ پورا نہیں ہوتا۔ بے برکتی ہے' گھر کا ہر فرد انتہائی پریشان ہے اور عجیب قسم کے خوف میں مبتلا ہے اور ایک دوسرے کو اپنا دشمن سمجھتے ہیں۔ یہ درست ہے کہ جب رزق مشکوک ہوجاتا ہے تو پھر برکت اٹھ جاتی ہے اور اس کا اثر آنے والی نسلوں تک چلتا ہے۔ اللہ ہمیں رزق حلال کمانے کی توفیق عطا فرمائے۔

والدہ کی بددعائیں

حافظ محمد اسلم پلمبر ہیں اور ان کا مختلف گھروں میں آنا جانا لگا رہتا ہے۔ انہوں نے بتایا کہ میرا ذاتی تجربہ ہے جس شخص کو والد یا والدہ بددعا دیتے ہیں وہ کبھی بھی سکھی نہیں رہتا۔ ہمیشہ ہی پریشان حال رہتا ہے۔ کہتے ہیں کہ ایک گنڈیری بیچنے والے کے گھر پانی کی ٹینکی ٹھیک کرنے کیلئے گیا والد کی دکان چوک عباسیہ پر ہے جبکہ بیٹے کی دکان محبت پور بازار میں ہے جیسے ہی گھر میں داخل ہوا تو معلوم ہوا کہ بیٹے نے پانی کا کنکشن بند کردیا ہے اور گھر میں دو تین دن سے پانی نہیں ہے اور اکثر پیچھے سے پانی بند کردیتا ہے اور والدہ کو گالیاں دیتا ہے اور حتیٰ کہ والدہ کو پینے کا پانی تک نہیں دیتا۔ والدہ بہت زیادہ ناراض تھی اور اتنی زیادہ بددعائیں دے رہی تھی اور اس کی آواز میں اتنا درد تھا کہ معلوم ہوتا تھا کہ جو کچھ یہ کہہ رہی ہے ابھی پورا ہوجائے گا۔ حافظ صاحب کہتے ہیں کہ میں نے والدہ کو دبے دبے الفاظ میں کہا کہ بددعا نہ دیں پھر بھی آپ کا بیٹا ہے تو والدہ چپ کرگئیں۔ چھوٹی سی پانی کی ٹینکی رکھنی تھی' کام ختم کرکے حافظ صاحب گھر آگئے۔ میں سوچنے لگا کہ کتنا بدبخت بیٹا ہے کہ والد زندہ حیات اور والدہ بھی زندہ حیات ہے اور بیٹا جنت سے محروم ہے۔ خوش قسمتی کو قریب نہیں آنے دیتا اور نبی اکرم ﷺ کا فرمان عالی شان ہے کہ ہمیشہ خواہش آرزو' حسرت وتمنا رہی کہ کاش میری والدہ زندہ ہوتیں میں ان کی خدمت کرتا۔ کیا یہ بیٹا اپنی زندگی میں خوش رہ سکے گا۔ یقیناً نہیں کیا ہم خود کو اس سعادت کو کھو نہیں رہے۔ پھر وقت ہاتھ نہیں آئے گا۔

مقدمہ باز شخص کا انجام

ایک شخص فوت ہوگیا تو ہمسائیوں نے سکھ کا سانس لیا۔ اس کی عادت تھی کہ بات بات پر مقدمہ کردیتا تھا۔ روزانہ عدالت میں آتا تھا۔ بارش' طوفان' آندھی مگر وہ عدالت میں موجود ہوتا تھا اور حتیٰ کہ چھٹی والے دن بھی عدالت میں آکر وکیلوں کی خالی کرسیوں پر بیٹھا رہتا تھا اور بلاوجہ لوگوں کو جھوٹے مقدمات بنا کر عدالتوں میں گھسیٹا تھا۔ علاقہ میں مقدمہ باز مشہور تھا جب فوت ہوا اور قبر کھودنے کا مرحلہ آیا تو زمین نے جگہ نہ دی۔ قبر کھودنے والے تھک گئے نیچے سے پتھریلی زمین نکل آئی۔ گورکن کا جسم تھکن سے ٹوٹ گیا اور جو میت لانے والے تھے ان کا برا حال تھا اور ہر کوئی جلدی جلدی اس میت سے جان چھڑانا چاہتا تھا۔ فوراً ہی میت کو قبر میں لٹایا گیا اور قبر **(باقی صفحہ نمبر 8)**

امید کی کرن

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! عرض یہ ہے کہ میری شادی کو ساڑھے تین سال ہوگئے لیکن اولاد کی خوشی سے محروم ہوں میں نے سکھر میں کوئی ڈاکٹر اور کوئی حکیم نہیں چھوڑا ہر قسم کی مہنگی سے مہنگی دوائی بھی استعمال کی لیکن سوائے مایوسی کے کچھ نہیں ملا' لیکن جب میں نے آپ کے رسالے عبقری میں اولاد کیلئے سورۂ یٰسین اور سورۂ مریم کے بارے میں پڑھا اور بعد نماز فجر اللہ کا نام لے کر شروع کیا تو الحمدللہ' اللہ کے حکم سے امید کی کرن نظر آئی ہے۔ میری آپ سے عرض ہے کہ برائے مہربانی میرے لیے دعا بھی فرمائیں۔ شکریہ!

(اہلیہ عبدالرؤف' سکھر)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

فروری کے جوابات

1۔ بہن! میں بھی آج سے ایک سال پہلے بہت زیادہ کمزور تھا اور بظاہر کمزوری کی کوئی وجہ بھی نہیں تھی۔ مجھے بھوک بھی بہت شدید لگتی لیکن کھایا پیا نہ لگتا تھا۔ میں نے عبقری کے دفتر سے اکسیر البدن لے کر استعمال کی تو میرا وزن بڑھنا شروع ہوگیا۔ یہ بڑی لاجواب چیز ہے۔ میرا آپ کو یہی مشورہ ہے کہ آپ کچھ عرصہ اکسیر البدن استعمال کریں۔ **(علی' لاہور)**

☆ بیٹی آپ سوگی (کشمش) دس دانے' چھوارے پانچ عدد' مغز بادام چھلے ہوئے پندرہ عدد' رات کو ایک گلاس دودھ میں ان کو بھگو دیں اور صبح نہار منہ گرینڈ کر کے استعمال کریں۔ بہت لاجواب اور مفید ہے۔ **(شاہدہ' فیصل آباد)**

2۔ بیٹی آپ کا مسئلہ اتنا زیادہ نہیں جتنا آپ پریشان ہیں آپ بس چند ہفتے مستقل یہ مندرجہ ذیل ادویات استعمال کریں انشاء اللہ آپ کے تمام مسائل حل ہوجائیں گے۔ آپ خمیرہ گاؤ زبان سادہ' اطریفل کشنیز' جوارش شاہی چند ہفتے مستقل استعمال کریں۔ یہ ادویات کسی اچھے دواخانے سے لیں۔ ایک ایک چمچ تینوں ادویات کا صبح' دوپہر' شام لینا ہے۔ **(حکیم عبدالرحمٰن' لالہ موسیٰ)**

3۔ بہن عائشہ آپ سے درخواست ہے کہ چہرے کے بالوں کیلئے دراصل ہارمونز کا علاج لازم ہے ہارمونز کیلئے آپ ریوند چینی اور میٹھا سوڈا ہموزن لے کر آدھا چمچہ دن میں تین بار لیں۔ تقریباً تین ماہ یہی نسخہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا۔ (عفیفہ ہمایوں' اسلام آباد)

4۔ بیٹا آپ اپنی والدہ کو یہ نسخہ استعمال کروائیں۔

ھوالشافی: کالی مرچ 50 گرام' اجوائن 50 گرام' زرچور 50 گرام' دھمیاں کنڈا 250 گرام۔ سب اشیاء کو پیس کر سفوف بنالیں اور روزانہ رات کو سوتے وقت ٹی اسپون کا چوتھائی سادہ پانی سے کھلا دیں۔ آپ یہ نسخہ فی سبیل اللہ اور لوگوں کو بھی بتائیں۔ **(فرزانہ انعام' کراچی)**

5۔ بہن آپ اپنے بیٹے کو پودینہ' بڑی ہریڑ سبز دونوں ایک ایک چھٹانک باریک پیس کر چٹکی چٹکی دیں دن میں 4 بار چند ہفتے دیں پھر لکھیں۔ **(الطاف حسین' شہداد پور)**

مارچ کے سوالات

1۔ میری عمر تقریباً اسی (80) سال کے لگ بھگ ہے۔ مجھے مثانے کے غدود (پروسٹیٹ ورم) کا عارضہ کی شکایت ہے۔ لہٰذا اگر کوئی خدا ترس صاحب مذکورہ عارضہ کو رفع دفع کرنے کا کوئی ٹوٹکہ آزمودہ بذریعہ عبقری مطلع کرے تا زیست دعا کو کے علاوہ صدقہ جاریہ کے زمرہ میں تصور ہوگا۔ دعا گو۔

(حاجی تاج محمد خان' ڈاگئی۔ صوابی)

2۔ میری شادی کو 15 سال ہوگئے ہیں۔ مجھ سے ایک غلطی ہوگئی میں نے خود ہی اپنے شوہر کو بتادیا۔ کچھ دن تو انہوں نے مجھ سے بات نہیں کی۔ پھر بولنے لگ گئے لیکن صرف کام کی بات کرتے ہیں یا میں کروں جواب دے دیتے ہیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ قارئین! عبقری کے ذریعے خدا کیلئے مجھے کچھ بتائیں میں کیا کروں؟ کیا پڑھوں کہ میرے شوہر میرے ساتھ بالکل ٹھیک ہوجائیں۔ میرے دوست بن جائیں۔ یہ بھی دعا کریں مجھے میرے شوہر معاف کردیں میں آپ کی احسان مند رہوں گی۔

(بنت احسان الحق' گوجرانوالہ)

3۔ قارئین! میری شادی کو تقریباً چار سال سے زیادہ کا عرصہ ہوگیا ہے لیکن اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں۔ علاوہ دوائیاں کھا کھا کے میں موٹا اور پیٹ بھی زیادہ بڑھ گیا ہے۔ خاص طور پر میرے ساتھ اب کئی تکلیفیں شروع ہوگئی ہیں۔ مثلاً گلہڑ تھرائیڈ' گردے' مثانہ میں درد' جسم کی بائیں سائیڈ سن ہوجاتی ہے۔ روٹی کھانے کے بعد دھڑکن تیز ہوجاتی ہے وغیرہ۔ مہربانی فرما کر حل بتائیں۔

(اسلم بابر' روکھڑی' میانوالی)

4۔ میری عمر 30 سال ہے میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا پورا جسم سمارٹ ہے لیکن میرے کولہے اور رانیں بہت بھدے اور موٹے ہیں جو مرضی کرلو اس حصے کی چربی نہیں اترتی ہے۔ اس حصے کا جسم ڈھیلا پڑ جاتا ہے۔ میری شادی ہونے والی ہے اگر میٹھا کھالو اسی حصے پر موٹاپا آجاتا ہے۔

(شبانہ' کوئٹہ)

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 13

حضرت عبدالرحمٰن بن ابی لیلیٰ رحمۃ اللہ علیہ اپنے والد سے روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا کوئی بندہ اس وقت تک مومن نہیں ہوسکتا جب تک کہ میں اس کے نزدیک اس کی جان سے بھی محبوب تر نہ ہوجاؤں اور میرے اہل بیت اسے اس کے اہل خانہ سے محبوب تر نہ ہوجائیں اور میری اولاد اسے اپنی اولاد سے بڑھ کر محبوب نہ ہوجائے اور میری ذات اسے اپنی ذات سے محبوب تر نہ ہوجائے۔ اس حدیث کو امام طبرانی اور امام بیہقی نے روایت کیا ہے۔

حضرت حسن بن علی رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ہم اہل بیت کی محبت کو لازم پکڑو پس بے شک وہ شخص جو اس حال میں اللہ سے ملا کہ وہ ہم سے محبت کرتا تھا تو وہ ہماری شفاعت کے صدقے جنت میں داخل ہوگا اور اس ذات کی قسم جس کے قبضہ قدرت میں میری جان ہے کسی شخص کو اس کا عمل فائدہ نہیں دے گا مگر ہمارے حق کی معرفت کے سبب۔ **(امام طبرانی)**

حضرت ابو رافع رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے فرمایا: اے علی! تو اور تیرے (چاہنے والے) مددگار (قیامت کے روز) میرے پاس حوض کوثر پر چہرے کی شادابی اور سیراب ہوکر آئیں گے اور ان کے چہرے (نور کی وجہ سے) سفید ہوں گے اور بے شک تیرے دشمن (قیامت کے روز) میرے پاس حوض کوثر پر بدنما چہروں کے ساتھ اور سخت پیاس کی حالت میں آئیں گے۔ **(امام طبرانی)**

حضرت زید بن ارقم سے مرفوعاً روایت ہے کہ پانچ چیزیں ایسی ہیں کہ اگر کسی کو نصیب ہوجائیں تو وہ آخرت کے عمل کا تارک نہیں ہوسکتا (اور وہ پانچ چیزیں یہ ہیں) نیک بیوی' نیک اولاد' لوگوں کے ساتھ حسن معاشرت اور اپنے ملک میں روزگار اور آل محمد ﷺ کی محبت'' **(امام دیلمی)**

حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ حضور نبی اکرم ﷺ سے روایت کرتے ہیں کہ آپ ﷺ نے فرمایا: اہل بیت مصطفی ﷺ کی ایک دن کی محبت پورے سال کی عبادت سے بہتر ہے اور جو اسی محبت پر فوت ہوا تو وہ جنت میں داخل ہوگیا۔ **(امام دیلمی)**

عزیز و اقارب میں دشمن

(ن۔مریدکے)

خواب: ایک کتا میرے پیچھے لگا ہوا ہے میرے ہاتھ میں ایک دیگچہ ہے اور اس میں قیمہ ہے میں کتے کو پیچھے کرتی ہوں مگر وہ پھر بھی میری طرف آتا ہے یہاں تک کہ میں دیگچہ اس کے منہ پر مارتی ہوں مگر پھر بھی جان نہیں چھوڑتا۔اس کے بعد کبھی وہ دایاں ہاتھ کا کچھ حصہ منہ میں ڈال لیتا ہے اور کبھی بائیں ہاتھ کا۔ مگر مجھے تکلیف بالکل نہیں ہوتی پھر کتا خود ہی چلا جاتا ہے۔

تعبیر: آپ کے عزیز و اقارب میں کچھ لوگ آپ کے دشمن بنے ہوئے ہیں اور آپ کو نقصان پہنچانا چاہتے ہیں خصوصاً مالی اعتبار سے وہ آپ کو ہرگز خوش نہیں دیکھ سکتے اور ہر طرح آپ کی خوشحالی کیلئے رکاوٹ بننے کی کوشش کر رہے ہیں تاکہ آپ آسودہ حال نہ ہو جائیں لیکن امید ہے آپ جلد یا بدیر ان کے چنگل سے آزاد ہو جائیں گی۔ بہرکیف آپ صبح و شام اکتالیس دفعہ سورۂ قریش پڑھ کر دعا کیا کریں۔

کام التوا کا شکار رہیں گے

(وحیدہ۔سکھر)

خواب: میں نے دیکھا میں ریل کے پھاٹک پر کھڑی ریل کا انتظار کر رہی ہوں مجھے سامنے سے تین ریلیں آتی دکھائی دیتی ہیں جب ریل گاڑیاں میرے سامنے آتی ہیں تینوں سانپ کی شکل اختیار کر کے سامنے سے گزر جاتی ہیں۔ میں نے یہ دیکھ کر پیدل ہی سفر کرنے لگتی ہوں۔ایسے میں ایک شہر میں آجاتی ہوں جہاں گھر ہیں میں ادھر اُدھر دیکھتی ہوں مگر پتہ نہیں ہوتا کہ کس کا گھر ہے اور ڈھونڈتی رہتی ہوں ایسے میں کوئی جاننے والا نظر آتا ہے میں ان سے کہتی ہوں بھئی آپ کا گھر کہاں ہے مجھے گھر تو دکھاؤ میں تو اس شہر میں اجنبی ہوں وہ مجھے وہاں کھڑا کر کے خود رفو چکر ہو جاتا ہے پھر میں اکیلی ادھر اُدھر دیکھتی رہ جاتی ہوں مگر گھر نہیں ملتا۔

تعبیر: آپ کے دشمن آپ کو جانی یا مالی نقصان ہرگز نہیں پہنچا سکیں گے البتہ ان کے تصرفات کی وجہ سے حیران و پریشان رہیں گی اور آپ کے کام التوا کا شکار رہیں گے اس کے لیے آپ ہر نماز کے بعد سات دفعہ سورۂ کوثر پڑھ کر عافیت کی دعا کر لیا کریں۔

کاروبار میں ترقی

(سکینہ بلوچ، کوئٹہ)

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ میں ایک سفید گاڑی میں سفر کر رہی ہوں میرا شوہر گاڑی چلا رہا ہے اور میری بڑی بہن بھی میرے ساتھ بیٹھی ہوئی ہے اتنے میں دیکھتی ہوں کہ ایک بہت ہی خوبصورت ریل گاڑی گزرتی ہے اور اس پر مشینری اور کپڑے کے تھان لدے ہوتے ہیں تو میرے شوہر کہتے ہیں کہ میں اپنی زمینوں پر ٹیکسٹائل مل لگا رہا ہوں اور یہ مشینری میں نے جاپان سے منگوائی ہے تو میری بہن میرے شوہر کو کہتی ہے کہ آپ ہمارے ساتھ ہمارے گھر چلیں تو میرے شوہر کہتے ہیں کہ نہیں میں ضرور چلتا' ابھی آپ کے ساتھ نہیں چل سکتا کیونکہ میرا سامان باہر سے آیا ہے اور مجھے اسے جلد از جلد گاؤں پہنچانا ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اللہ آپ کے شوہر کے کاروبار میں خوب ترقی دے گا اور مالی خوشحالی نصیب ہوگی اور آپ کو ہر طرح حفظ و امان نصیب ہوگا اس لیے روزانہ کچھ ذکر و اذکار یا تلاوت کر کے تمام انبیاء اور صحابہ کرام کو اس کا ثواب بخش دیا کریں۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

باہمی ربط و محبت

(ندیم اقبال، کراچی)

خواب: ایک راستہ پر کچھ یونیورسٹی کے لڑکے اور لڑکیاں ہیں۔سامنے ذرا اور اس لڑکی کا مکان جو کہ تین منزلہ ہے شاید کچھ اونچا سا نظر آرہا ہے یا ہوا میں معلق ہے۔اس کی والدہ ڈرائنگ روم میں بیٹھی ہیں ان کے ساتھ دو یا تین عورتیں اور ہیں جو کہ اس لڑکی کے رشتے کے سلسلے میں آئی ہیں میں اس راستے پر ان لڑکے لڑکیوں کے درمیان اس لڑکی کو ڈھونڈ رہا ہوں تو دیکھتا ہوں کہ سامنے کی جانب سے وہ میری طرف چلی آرہی ہے۔ وہ میرے ساتھ چلنے لگتی ہے چلتے وقت اس کا کندھا میرے سینے کے کنارے سے لگا ہوتا ہے۔ میں دل میں سوچتا ہوں کہ یہ لڑکی ذرا سی دیر میں واپس چلی جائے گی لیکن وہ واپس نہیں جاتی ہے اور میرے ساتھ خوش ہو کر چلتی رہتی ہے۔ہم دونوں راستے کے سیدھی طرف مڑ جاتے ہیں جہاں کچھ کھانے پینے کی چیزیں مل رہی تھیں۔ ہم کچھ کھانے کیلئے لیتے ہیں اور قریب رکھی میز کی طرف چل دیتے ہیں۔ (اب یہ گمان ہوتا ہے کہ وہ چیزیں ہم نے کھالی ہیں) اور میں اپنے آپ کو میز کے سامنے سٹول پر بیٹھا دیکھتا ہوں اور وہ لڑکی منہ ہاتھ دھونے کی غرض سے واش روم تک گئی ہوتی ہے جب اسے ذرا سی دیر ہونے لگتی ہے تو میں واش روم کے دروازے تک جاتا ہوں میرے جاتے ہی وہ دروازے سے باہر آجاتی ہے اس نے اپنے ہونٹوں پر اورنج رنگ کی لپ اسٹک لگا رکھی ہوتی ہے جو کہ ہونٹوں کے علاوہ بھی پھیل رہی ہوتی ہے (جو کہ اس نے میری خوشی کیلئے لگائی ہوئی ہے)۔

تعبیر: آپ کے اس خواب کے مطابق امید ہے کہ یہ لڑکی آپ کے نکاح میں آئیگی اور ہنسی خوشی باہمی ربط محبت سے وقت گزریگا البتہ تھوڑی بہت رکاوٹ ہے جو انشاءاللہ جلد دور ہو جائیگی۔

عمر بڑھا دی گئی

(فرحان، منڈی بہاؤالدین)

خواب: میں دیکھتی ہوں کہ میری شادی ہو رہی ہے اور خواب میں' میں نے دلہنوں والے کپڑے تو نہیں مگر بہت اچھے کپڑے پہنے ہوتے ہیں' اکثر خواب میں خوش نظر آتی ہوں ایک مرتبہ دیکھا کہ جیسے مجھے زبردستی بھیجا جا رہا ہے میں جانا نہیں چاہتی' خواب کسی کو نہیں بتایا۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کی عمر بڑھا دی گئی ہے اور آفات سے حفاظت کا اشارہ ہے نیز آپ کو اپنی ازدواجی زندگی میں خوشگواریوں کی بشارت ہے اللہ عافیت رکھے۔ آمین۔

کام کاج میں آسانی

(امجد حسین ساہی، سپین)

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ ایک بہت ہی خوبصورت اور حسین وجمیل لڑکی جس نے سفید رنگ کا لباس پہنا ہوا ہے۔ وہ میرے قریب آکر زمین پر بیٹھ جاتی ہے میں دیکھتا ہوں کہ اس کی گود میں ایک بچہ ہے جو بہت خوبصورت ہے میں اس بچے کو پیار سے دیکھتا ہوں اور اس کا ہاتھ پکڑتا ہوں۔ اتنے میں میری نظر اپنے سامنے زمین پر پڑتی ہے نیچے سبزے پر ایک ایسا ہی خوبصورت بچہ لیٹا ہوا ہے میں اس بچے کو اٹھا لیتا ہوں (اور یہ محسوس کرتا ہوں کہ یہ میرا بیٹا ہے) تھوڑی دیر بعد وہ بچہ سو جاتا ہے اور میں یہ سوچتا ہوں کہ یہاں پر کوئی ایسا جالی دار کپڑا نہیں ہے جو میں اس پر دے دوں تاکہ اسے کوئی مچھر مکھی وغیرہ تنگ نہ کرے اور وہ نیند سے بیدار نہ ہو۔

تعبیر: آپ کے حق میں یہ خواب خوشخبری ہے کہ آپ کو نیک صالح تابعدار بیوی ملے گی اور خوبصورت اولاد نصیب ہوگی۔

شاید کہ تیرے دل میں اتر جائے میری بات

عزیزالرحمان عزیز' پشاور

مولانا یہ آپ کی آنکھ پر کیا ہوا کہنے لگے کہ سیڑھیوں سے گرا ہوں' یہ آنکھ کی چوٹ اس سے آئی ہے۔ میں نے کہا کہ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ کسی نے گلاس مارا ہے تو وہ صاحب میری طرف بڑی عجیب نظروں سے دیکھنے لگے اور پھر رونا شروع کردیا

ایک بزرگ تھے جو کہ اب اس دنیا میں نہیں ہیں۔ اللہ ان کی مغفرت فرمائے۔ آمین! ان صاحب کے سات بیٹے تھے۔ میں نے ان کو کوئی کام کرتے نہیں دیکھا۔ ان کا ایک بیٹا جو کہ میرا دوست تھا۔ اس سے ملنے کبھی کبھار میں اس کے گھر جاتا تھا تو ان کے گھر سے چربی کی عجیب سی بو آتی تھی۔ مجھے بعد میں معلوم ہوا کہ ان کے والد صاحب چربی پگھلانے کا کام کرتے تھے۔ روزانہ میں ان کو لکڑیاں لاتے ہوئے دیکھتا تھا مگر ڈر کے مارے میں نے کبھی نہیں پوچھا کہ باباجی آپ ان لکڑیوں کا کیا کرتے ہیں؟ چربی کہاں سے آتی تھی یہ بھی مجھے بعد میں ہی معلوم ہوا کہ تقریباً ہر شہر میں چمڑوں (کھلوں) کے گودام ہوتے ہیں جن سے ایک خاص قسم کی بو آتی ہے۔ قصاب حضرات جو کہ بکروں اور دنبوں کی کھالیں لاتے تھے ان کھالوں کا آپریشن باباجی چربی اتار کر جمع کرتے رہتے اور پھر پگھلائی جاتی تھی۔ باباجی جو کہ بالکل ان پڑھ تھے مگر بلا کا حافظہ تھا۔ ان کا شعروشاعری سے دیوانگی کی حد تک لگاؤ تھا۔ پورا پورا دیوان' فارسی' اردو' پشتو شعراء کے کلام ان صاحب کو زبانی ازبر تھے۔ تحریک پاکستان میں یہ صاحب پیش پیش تھے بلکہ ان مرحوم کا ایک بیٹا ماہ اگست 1947ء کو پیدا ہوا اور اس کا نام نوید پاکستان رکھا اور وہ بچہ پاکستانا پاکستانے پر مشہور رہا۔ وہ شاید سکول ماسٹر ہے۔ ہم ان سے مختلف شعراء حضرات کا کلام سنتے تھے۔ پنجابی' پشتو' اردو' فارسی کے اشعار پوری طرح اور پوری پوری غزلیں یاد تھیں۔

اب اصل واقعہ کی طرف آتے ہیں جو کہ حضرت صاحب کے ساتھ پیش آیا۔ یہ صاحب جب بھی آتے گپ شپ لگی رہتی اور شعروشاعری میں مشغول ہوجاتے تھے اور کبھی کبھی اگر کھانا تیار ہوتا تو کھانے میں بھی شریک ہوجاتا تھا۔ اسی طرح ایک دن حضرت تشریف لائے تو طبیعت ہشاش بشاش نہ تھی میں نے جب ان کی طرف دیکھا تو کچھ پریشانی سی ہوئی اور پوچھ لیا باباجی یہ آپ کی آنکھ پر کیا ہوا کہنے لگے کہ سیڑھیوں سے گرا ہوں' یہ آنکھ پر چوٹ اس سے آئی ہے۔ میں نے کہا کہ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ کسی نے گلاس مارا ہے تو وہ صاحب میری طرف بڑی عجیب نظروں سے دیکھنے لگے اور پھر رونا شروع کردیا جو کہ میرے لیے برداشت سے باہر تھا۔ بڑی مشکل سے انہیں چپ کرایا۔ بڑے پیار سے پوچھنا شروع کیا مگر حضرت ٹس سے مس نہ ہوئے خیر میں نے پوچھنا ہی چھوڑ دیا اور پھر دوسرے دن ان سے حضرت کے بچپن کے دوست ملنے آئے تو میں نے سب سے پہلے حضرت کے بارے میں سوال کیا کہ ان صاحب کا اپنے والدین سے کیسا برتاؤ اور رویہ تھا۔ پوچھنے کی ایک اور وجہ تھی کہ دو گلیوں میں رہنے والے گھروں کی پچھلی دیوار ایک ہی تھی اور دوست بھی تھے تو انہوں نے بتایا کہ بڑے ظالم قسم کے بیٹے تھے جب سخت گرمیوں میں دوپہر کے وقت گھر آتے تو اپنے ماں باپ کو کسی نہ کسی بہانے لڑائی جھگڑا شروع کرادیتے اور یہاں تک کہ مار کٹائی شروع ہوجاتی تھی اور بالآخر اوپر والی منزل جو کہ دھوپ اور گرمی سے کسی انسان کا ٹھہرنا مشکل ہوتا یہ بیچارے ماں باپ چیختے چلاتے رہتے اور یہ حضرت اپنی بیوی کے ساتھ گپ شپ میں شروع ہوجاتا تھا۔

یہ سب کچھ کے باوجود ماں باپ نے صبر سے کام لیا مگر اللہ تو دیکھ رہا ہے۔ اللہ نے اس کو سات بیٹے دیئے۔ آپ کو تو معلوم ہے کہ ایک اور سات کا کیا مقابلہ اور اللہ نے ایک کے بدلے سات بدلہ لینے والے نوجوان بھیج دیئے۔ اللہ ہم سب کیلئے آسانیاں اور برداشت کا حوصلہ عطا فرمائے آمین!

شہد سے ٹائیفائیڈ بخار کا یقینی علاج

شہد ٹائیفائیڈ بخار میں بہت مفید ہے۔ جب مریض بھوک محسوس کرے اور کچھ غذا طلب کرے تو دو چھوٹے چمچے شہد کے تھوڑے گرم دودھ میں ملا کر پلا دیا کریں۔ ٹائیفائیڈ بخار کیلئے بہت اکسیر ہے۔

باغات کا خالص شہد قارئین کی سہولت کو مدنظر رکھتے ہوئے ایک کلو اور 330 گرام کی لاجواب پیکنگ میں دستیاب ہے۔

330 گرام کی پیکنگ صرف -/200 روپے۔

ایک کلو: -/600 روپے۔

شہد کے مزید حیرت انگیز فوائد کے لئے ادارہ ''عبقری'' کی **''شہد کی کرامات''** کتاب کا مطالعہ ضرور فرمائیں۔

میرے دن رات بدل گئے

ایم۔خان' کراچی

حکیم صاحب یہ سب عبقری کی مہربانی ہے اس کی وجہ سے میرے اندر اتنا فرق پڑا ہے اب نمازوں میں بہت دل لگتا ہے

حکیم صاحب السلام علیکم! ابھی کچھ عرصہ پہلے میرے شوہر عبقری کے دفتر سے رسالہ اور کچھ دوائیاں' روحانی پھکی اور دو انمول خزانے لائے۔ روحانی پھکی میں نے پابندی سے کھائی اس کی وجہ سے میری طبیعت کافی فریش ہوئی ہے۔

عبقری باقاعدہ پڑھنے کے بعد میرے دن اور رات بدل گئے۔ اب میری صبح سے لے کر شام تک ترتیب یہ ہے۔ میں صبح فجر کی نماز کے بعد **سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ** سو بار پڑھتی ہوں' سو بار **یَاوَدُوْدُ**' تین سو بار **یَاوَھَّابُ** سو بار **یَابَاسِطُ** سو بار **یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ** 41 دفعہ سورۃ فاتحہ اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف سب گھر والوں کو وہ پانی دم کرکے دیتی ہوں۔ اس کے بعد سورۃ یٰسین' سورۂ رحمٰن' سورۂ فجر' اسماء الحسنٰی اور صبح وشام کی مسنون دعائیں اس کے بعد دو رکعت نماز اشراق پڑھتی ہوں پھر 8 بج جاتے ہیں پھر شوہر کو ناشتہ دے کر آفس بھیجتی ہوں۔ 10 بجے کے بعد دو رکعت چاشت کی نفل پڑھتی ہوں پھر ظہر کی نماز پڑھ کر سورۃ فتح' عصر میں سورۂ نباء اور مغرب میں سورۂ واقعہ اور سورۂ مزمل' عشاء میں سورۂ ملک اور ہر فرض نماز کے بعد خزانہ نمبر ایک پڑھتی ہوں۔ حکیم صاحب یہ سب عبقری کی مہربانی ہے اس کی وجہ سے میرے اندر اتنا فرق پڑا ہے اب نمازوں میں بہت دل لگتا ہے اور محسوس ہوتا ہے کہ اللہ تعالیٰ اور میرے درمیان کوئی نہیں ہے۔ حکیم صاحب میرے گھر میں اتنا امن وسکون اور اطمینان ہے کہ میں بیان نہیں کرسکتی۔

حکیم صاحب میرے شوہر نے مجھے عمر بھر اتنا سکھ دیا ہے کہ میں جتنی بھی تعریف کروں کم ہے اب میں چاہتی ہوں ہم دونوں میاں بیوی کی آخرت بھی سنور جائے اور اللہ تعالیٰ ہم سے راضی ہوجائیں۔ حکیم صاحب دعا کریں کہ میرے شوہر بھی نماز اور اعمال باقاعدگی سے کرنا شروع کردیں۔

سات عادات انسان کو رسوا کردیتی ہیں

☆ دعوت میں بن بلائے جانا۔ ☆ مجلس میں اپنے سے بالا شخص کے پاس بیٹھنا۔ ☆ مہمان بن کر میزبانوں پر حکم چلانا۔ ☆ دوسروں کی باتوں میں دخل دینا۔ ☆ بدچلن سے دوستی کرنا۔ ☆ حریض دولت مند سے مدد طلب کرنا۔ ☆ ان لوگوں سے خطاب کرنا جو سننے کیلئے تیار نہ ہوں۔ **(ناصر احمد' ایبٹ آباد)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

اولاد کی خواہش

میری شادی خاندان میں ہوئی ہے۔ دو سال گزرنے کے بعد بھی اولاد نہیں ہوئی۔ ڈاکٹر کو دکھایا' وہ کوئی خرابی نہیں بتاتے۔ میں سخت پریشان ہوں۔ میری ساس بتاتی ہیں جب میرے شوہر پیدا ہوئے تو بہت کمزور تھے۔ کیا یہ کمزوری کی وجہ سے ہے؟ جن کو اولاد کی ضرورت نہیں ہوتی وہ بعد میں حمل ضائع کرا دیتے ہیں اور مجھ جیسے ترستے رہ جاتے ہیں۔ آپ اس سلسلے میں کچھ بتا سکیں گی؟ کیا میں بانجھ رہوں گی؟؟؟؟ **(الف۔م)**

مشورہ: بات یہ ہے کہ اولاد عطیہ خداوندی ہے اور اللہ تعالیٰ جب کرم نوازی کرتا ہے تو دامن طلب بھر جاتا ہے۔ جو بے اولاد ہیں وہ بیٹی کیلئے بھی ترستے ہیں جن کے ہاں بیٹیاں ہیں وہ بیٹے کی تمنا کرتے ہیں۔ نفسیاتی وجوہات بھی ایسے مسئلے میں حائل ہوتی ہیں۔ ڈیپریشن بھی اس میں شامل ہے۔ اولاد کی خواہش میں دن رات سلگنا اور غمزدہ رہنا اور دوسرے بچوں کو دیکھ کر حسد کرنا بھی درست نہیں۔ مرد اور عورت دونوں کو اپنا معائنہ کرانا چاہیے۔ اکثر ایسے کیسوں میں چالیس فیصد مرد میں نقص ہوتا ہے۔

آپ اللہ تعالیٰ پر بھروسہ کیجئے۔ پانچوں وقت نماز پڑھ کر دعا کیجئے۔ انشاء اللہ سب ٹھیک ہو جائے گا۔ آپ دوبارہ اپنا اور شوہر کا معائنہ کرائیں اور پھر اپنے معالج کے مشورے پر عمل کیجئے۔ دو سال معمولی عرصہ ہے۔ طب میں بہت سی جڑی بوٹیاں اور خشک میوہ جات مرد اور عورت کیلئے تجویز کیے جاتے ہیں۔ خصوصاً سیاہ تل مردوں کیلئے مفید ہیں۔ بادام اور چلغوزہ اچھے ہیں۔ اسی طرح ماش کی دال غذا میں بے حد مفید ہے۔ اس کا حلوہ سردیوں میں مغزیات کے ساتھ بنتا ہے' مفید پیاز کے رس کا آملیٹ مفید ہے۔

بے اولاد جوڑوں کو چاہیے وہ مکمل معائنہ کرائیں تاکہ صحیح تشخیص ہو سکے اور پھر ان کا معالج علاج کر سکے۔ مختلف نوعیت کی خرابیاں دونوں میں ہو سکتی ہیں۔ ان کا تدارک کرنا چاہیے اور سب سے بڑی بات یہ کہ اللہ کے سامنے گڑگڑا کر دعا کرنی چاہیے۔ وہی قادر مطلق ہے اور اس کے حکم سے سارے کام انجام پاتے ہیں۔ حمل ضائع کرانا بہت بڑا گناہ ہے۔ آپ یہ سب کچھ سوچنا چھوڑ کر اللہ سے لو لگائیے۔

ہارٹ اٹیک

میری عمر چوبیس سال ہے۔ مجھے ہر وقت یہی ڈر رہتا ہے کہ دل کا دورہ نہ پڑ جائے۔ کوئی کام یکسوئی سے نہیں کر سکتی۔ آپ مجھے یہ بتائیے جب دل کا دورہ پڑتا ہے تو کتنی دیر تکلیف ہوتی ہے؟ کیا بہت اذیت سے دم نکلتا ہے؟ دل جب بند ہوتا ہے تو کچھ کہہ سن نہیں سکتے' دوا نہیں کھا سکتے۔ آپ مجھے ساری باتیں لکھیے۔ میں ہر وقت وہم میں رہتی ہوں۔ کوئی وقت ایسا نہیں ہے جب موت کا تصور نہ ہو۔ میں کیا کروں؟؟؟

(بشریٰ لطیف آباد' کراچی)

مشورہ: بشریٰ! آپ کا خط ملا۔ اتنی سی عمر میں آپ کو دل کے دورے کا وہم کیوں ہو گیا؟ مذہب سے دوری انسان کو گوناگوں وہموں میں مبتلا کر دیتی ہے۔ آپ مسلمان ہیں' موت کا ایک دن مقرر ہے۔ اس سے پہلے موت نہیں آ سکتی۔ آپ بیمار بھی نہیں۔ ماشاء اللہ ٹھیک ٹھاک ہیں۔ گھر کے سارے کام کاج کرتی ہیں پھر یہ وہم کیوں؟ آج سے نماز کی پابندی شروع کیجئے۔ قرآن پاک پڑھا کیجئے۔ اور درود پاک کثرت سے پڑھئے۔ آپ کو بیماری نہیں ہے۔ آپ نے اپنے آپ کو خود اذیت میں مبتلا رکھا ہے۔ آملے یا گاجر کا مربہ مل جائے تو روزانہ تھوڑا سا نہار منہ کھا لیا کیجئے۔ نماز اور قرآن پاک کی تلاوت سے آپ کے دل کو تقویت ملے گی۔ ایک ماہ بعد مجھے خط لکھئے گا ویسے ایک بات ہے کہ اسی بہانے آپ موت کو یاد کر لیتی ہیں۔ یہ بھی مومن ہونے کی نشانی ہے۔

دہی کی ترکاری

گرمیوں میں دہی بچ جاتا ہے۔ دہی کا رائتہ تو بنا لیتے ہیں مگر اور کچھ نہیں بنانا آتا۔ آپ دہی کی بنی ہوئی ڈش بتائیے تاکہ ہم بچے ہوئے دہی کو کارآمد بنا سکیں۔ **(نوشین عاصم)**

مشورہ: دہی کا رائتہ آپ مختلف طریقوں سے بنا سکتی ہیں۔ کھیرے کا رائتہ' ککڑی کا رائتہ' آلو کا رائتہ' گھیئے کا رائتہ' بینگن کا رائتہ عام طور پر بنتا ہے۔ تھوڑی سی بیسن کی پھلکیاں تل کر دہی میں ڈال سکتی ہیں۔ دہی کی ترکاری اور اور کوفتے بنتے ہیں۔

ایک کلو دہی کو ململ کے کپڑے میں باندھ کر لٹکا دیجئے۔ اب اس کی چھوٹی چھوٹی گولیاں بنا کر رکھ لیجئے۔ درمیانے کوفتوں کا سائز ہونا چاہیے۔ تقریباً ایک کپ بیسن میں نمک مرچ ملا کر پانی سے گھولئے۔ گاڑھا رکھیے۔ اب دہی کی گولیوں کو بیسن میں ڈبو کر کوکنگ آئل میں تل لیجئے۔ اب سالن کا مسالہ بنائیے۔ پیاز سرخ کر کے لہسن' پیاز' نمک' مرچ' دھنیا' ہلدی ڈال کر بھون لیجئے۔ مصالحہ خوب بھن جائے تو ایک کپ پانی ڈال کر ہلکی آنچ پر پکائیے اور دہی کے کوفتے ڈال کر ہلکی آنچ پر دم دیجئے۔ پانچ سات منٹ بعد ہرا دھنیا اور پسا ہوا گرم مصالحہ ڈال کر اتار لیجئے۔ دہی کا پنیر بھی بنتا ہے۔

دہی کے میٹھے گلگلے بنتے ہیں۔ دہی میں چینی اور میدہ بیکنگ پاؤڈر ملا کر پکوڑوں کی طرح گلگلے ہلکی آنچ میں تل لیتے ہیں۔

آج کل ڈیپ فریزر اور فریج موجود ہیں۔ آپ دہی کو پلاسٹک کے لفافوں میں ڈال کر محفوظ کر سکتی ہیں۔ کلیر شریف میں دہی کی یخنی بنتی تھی۔ ایک کلو گوشت کا قورمہ بنا کر آخر میں اس میں ایک کلو دہی پھینٹ کر ڈال دیتے تھے اور ہلکی آنچ پر پکاتے تھے۔ پھر تھوڑی سی پیاز گھی میں سرخ کر کے بگھار دیتے' اسے دہی کی یخنی کہتے تھے۔

سچا منجن کا کرشمہ

میں دانتوں کے امراض میں مبتلا تھی' مسوڑھوں سے خون بہنا ٹھنڈا گرم لگنا وغیرہ۔ میں نے سچا منجن میں ہم وزن سرسوں کا تیل ملا کر استعمال کیا۔ چند دن میں ہی لاجواب فائدہ ہوا۔ **(بیگم شائستہ' لاہور)**

ڈاڑھ کا درد فوراً ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! رمضان شریف میں میری ڈاڑھ میں اتنا شدید درد ہوا کہ میں روزہ توڑنے لگا۔ اس وقت میرے پاس آپ کا رسالہ پڑا تھا۔ صبح کے 6 تا 7:30 تک میری درد کی کوئی انتہا نہیں تھی۔ میں نے رسالہ کھولا تو اس میں ڈاڑھ درد کا ایک عمل تھا کہ چاروں قل' سورۃ فاتحہ' آیۃ الکرسی' چار چار دفعہ اس ترتیب سے کہ پہلے سورۃ الکافرون' سورۃ اخلاص' سورۃ فلق' سورۃ الناس' سورۃ فاتحہ' آیۃ الکرسی اول آخر 11,11 بار درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے پانی کے منہ اور سینے پر چھینٹے لگائیں۔ اگر روزہ نہ ہو تو وہ پانی پی لیں۔ میرا درد اسی وقت ٹھیک ہو گیا۔

(محمد اکمل فاروق ریحان' سرگودھا)

گوبھی سے نظریں نہ چرائیں

ہمارے ہاں اکثر اسے آلو کے ہمراہ پکایا جاتا ہے جو مناسب نہیں ہے اس سے یہ نفاق پیدا کرنے کا باعث بنتی ہے۔ اس کے علاوہ بدہضمی اور اپھارہ کی شکایت ہو جاتی ہے۔ ☆ پھول گوبھی بلغم کو روکتی ہے اور مسوڑھوں کیلئے بہت مفید ہے۔

گوبھی موسم سرما کی مشہور سبزی ہے۔ اس کی دو اقسام ہیں۔ ایک پھول گوبھی اور دوسری بند گوبھی۔

گوبھی کو عربی میں قنبیط، فارسی میں کلم رومی، سندھی میں گوبھی اور انگلش میں Gole Flower کہا جاتا ہے۔

اگر گوبھی کا کثرت سے زیادہ استعمال کیا جائے تو کچھ دنوں کے بعد استعمال کرنے والا ہوا میں اڑنے لگتا ہے کیونکہ گوبھی کے بارے میں جدید سائنسی تحقیق کے مطابق بتایا گیا ہے کہ اس میں سوئی گیس سے زیادہ گیس ہوتی ہے۔ اس لیے اس کے استعمال میں احتیاط ضروری ہے۔

پھول گوبھی

پھول گوبھی میں موجود فاسفورس، وٹامن بی، وٹامن سی پائے جاتے ہیں جو کہ دانتوں کی بیماریوں کیلئے مفید ہیں۔

☆ ہمارے ہاں اکثر اسے آلو کے ہمراہ پکایا جاتا ہے جو مناسب نہیں ہے اس سے یہ نفاق پیدا کرنے کا باعث بنتی ہے۔ اس کے علاوہ بدہضمی اور اپھارہ کی شکایت ہو جاتی ہے۔

☆ پھول گوبھی بلغم کو روکتی ہے اور مسوڑھوں کیلئے بہت مفید ہے۔

☆ یہ خون صاف کرنے والی بہترین سبزیوں میں شمار کی جاتی ہے۔

☆ اس کے استعمال سے پھوڑے پھنسیوں اور بواسیر کی شکایت ختم ہو جاتی ہے۔

☆ یہ پیشاب آور خصوصیات کی حامل ہے اور خون کو مضر اثرات سے پاک کرتی ہے جس کی وجہ سے جلد پر اس کے اثرات بہت مثبت پڑتے ہیں۔

☆ خونی و بادی بواسیر کے علاوہ پیشاب کی جلن اور جریان کیلئے بھی بہت مفید ہے۔

بند گوبھی

یہ بنیادی طور پر یورپ کی سبزی ہے جو ہمارے ہاں بھی کاشت ہوتی ہے اس کی تاثیر بھی سرد خشک ہے۔

بند گوبھی میں درجہ دوئم کے پروٹین پائے جاتے ہیں۔ اس کے استعمال سے جسم طاقتور ہوتا ہے۔

☆ بواسیر کے مریضوں کیلئے اس کے پتوں کو سلاد کے طور پر کھانا مفید ہے۔

☆ صفرا اور فسادِ خون کے مریضوں کیلئے اس کا استعمال فائدہ مند ہے۔

☆ اس کا سالن خونی بواسیر کیلئے بہترین غذا اور دوا ہے۔

☆ یہ بلغم کو بننے سے روکتی ہے اور مسوڑھوں کیلئے بھی بے حد مفید سبزی ہے۔

☆ اس کا کثرت سے استعمال قبض پیدا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ جسم میں خشکی پیدا کرنے کا باعث بن سکتا ہے۔

☆ بند گوبھی اور پھول گوبھی معدے اور گھٹیا کے مریضوں کو استعمال کرنے میں احتیاط کرنی چاہیے۔

☆ سینے کے امراض میں مبتلا مریضوں کو بھی گوبھی کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے۔

☆ گوبھی پکاتے وقت اس میں ادرک کو ضرور شامل کرنا چاہیے۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

مجرب نسخہ جات

دردِ سر صفراوی کیلئے

ناشپاتی کو کچل کر رس نکالیں۔ دس تولہ رس میں ایک تولہ کھانڈ ملا کر صبح و شام ایک ہفتہ پینے سے دردِ سر دور ہوتا ہے۔

دکھتی آنکھ کیلئے

ترش انگور کچل کر رس نکال لیں۔ دو دو بوند صبح و شام آنکھوں میں ڈالنے سے دکھتی آنکھ ٹھیک ہو جاتی ہے۔ سرخی نہیں رہتی۔

آنکھوں میں پانی آنا

اخروٹ کے چھلکے کو جلا کر کپڑ چھان کر لیں کئی دن کھرل کریں سرمچو سے دن میں دوبار آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں سے پانی آنا بند ہو جاتا ہے۔

(محمد رمضان زرگر، دولتانہ راولپنڈی)

حلقۂ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقۂ کشف المحجوب 13 مارچ بروز اتوار کو ہوگا)

بہت کم لوگ ایسے ہوتے ہیں جن کے پاس معلومات بھی ہوں اور معمولات بھی ہوں۔ ایسے لوگ انتہائی کم ہوتے ہیں خوش قسمت ہے وہ شخص جس کے پاس عمل ہے۔ آج سے دس صدیاں پہلے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے یہ کتاب لکھی ہے اور ہزار سال پہلے یہ بات فرماتے ہیں کہ اس کتاب سے اس شخص کو کوئی حصہ نہیں ملتا جو شعراء کے دیوانوں میں مشغول رہنے والا ہو، روایات میں قربِ قیامت کے زمانے کی یعنی جب دین مغلوب ہوگا اور کفر غالب ہوگا اس دور کی چند علامات بیان کی گئی ہیں جن میں سے چند یہ ہیں۔ ایسے دور میں کتے زیادہ ہوں گے، عورتیں برہنہ ہوں گی، شراب عام ہوگی، شعراء کو اعلیٰ مقام دیا جائے گا، گانا بجانے والوں کو عزت دار بنایا جائے گا اور انہیں ملک کا ورثہ قرار دیا جائے گا جس دور میں یہ باتیں ہوں سمجھ لو یہ وہی جہالت کا دور ہے جو سرورِ کونین ﷺ کی تشریف آوری سے پہلے کا دور تھا۔ بدقسمتی سے آج وہی دور ہے۔ اس دور میں فرماتے ہیں خواہشات انسانی کا نام شریعت، طلب جاہ کا نام طریقت، ریاکاری کا نام خوف الٰہی، دل میں کینہ چھپا رکھنے کا نام علم، فضول جھگڑوں کا نام مناظرہ، آپس میں لڑنے اور جھگڑنے کا نام بزرگی، منافقت کا نام زہد، جھوٹی آرزوؤں کا نام ارادت اور طبیعت کے ہذیان کا نام معرفت، دلی حرکتوں اور نفسانی خواہشات کا نام معرفت الٰہی، کج روی کا نام انکارِ حق کا نام برگزیدگی، بے دینی کا فنا اور سرورِ کونین ﷺ کی شریعت کے ترک کرنے کا نام طریقت اور اہل زمانہ کی آفت کا نام مجاہدہ رکھتے ہیں جو اصل معرفت ہوگی وہ ختم ہو جائے گی۔ آج سے ہزار سال پہلے فرما رہے ہیں کہ یہ چیزیں اس دور میں ختم ہو گئی ہیں۔ ذرا سوچیں! ہزار سال پہلے یہ حال تھا تو آج کیا حال ہوگا۔ آج کے دور میں جو شخص جتنا زیادہ اپنے آستانے کو سجائے اپنی زندگی کو اپنے لباس کو اپنے اٹھنے بیٹھنے کو بڑا کرے۔ مخلوق خدا اتنا زیادہ اس کی طرف متوجہ ہوتی ہے کہ یہ ''پہنچی ہوئی سرکار'' ہے۔

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

مسلمان ہو کر بھی ہم جادو کرتے اور کرواتے ہیں؟؟؟

(زینب رزاق، مزنگ لاہور)

اللہ تعالیٰ نے حسد کرنے سے منع فرمایا ہے اس لیے ہم سب مسلمانوں کو چاہیے کہ ہم دوسروں سے حسد نہ کریں اور دوسروں کی خوشیوں میں خوش ہوں مگر آج کل سب اس کے برعکس ہو رہا ہے۔ آج کل تو لوگ اتنا حسد کرنے لگے ہیں کہ دوسروں کی جان تک لینے سے دریغ نہیں کرتے میں دراصل آپ کو ان لوگوں کے بارے میں بتانا چاہتی ہوں جو جادو کرتے اور کرواتے ہیں۔ میں ان باتوں کے بارے میں زیادہ نہیں جانتی تھی مگر جب ہم پر جادو کروایا گیا تو ہمیں پتہ چلا کہ ایسے حالات میں کتنی مشکلات اور تکالیف ہوتی ہیں۔ اس وجہ سے ہم بہت سے عامل حضرات کے پاس گئے تو دیکھا کہ ہم جیسے اور بہت سے لوگ ہیں جو اسی وجہ سے پریشان ہیں۔ ایک دن ہم ایک صاحب کے پاس گئے تو وہاں بہت سے لوگ موجود تھے ہم اپنی باری کا انتظار کرنے لگے ہمارے ساتھ ایک عورت بیٹھی تھی ہم نے اس سے پوچھا کہ وہ یہاں کیوں آئی ہے تو جب اس نے اپنے آنے کی وجہ بتائی تو ہمیں ایسا لگا کہ جیسے ہماری تکلیف تو کچھ بھی نہیں ہے۔ اس عورت نے بتایا کہ سال پہلے کی بات ہے کہ ان کے گھر خون کے قطرے گرے مگر انہوں نے کوئی توجہ نہ دی۔ پھر ان کی بیٹی جس کی عمر 21 سال تھی اس کے کپڑوں پر خون گرتا تھا مگر انہوں نے کوئی توجہ نہ دی یہاں تک کہ ایک دن انہوں نے اپنی بیٹی کے کپڑے دھوئے اور سکھانے کیلئے رسی پر ڈال دیئے جب کپڑے سوکھے تو دیکھا کہ کپڑوں پر پھر سے خون لگا ہوا ہے۔ اس وقت ان کے گھر ان کی ہمسائی آئی ہوئی تھی انہوں نے اسے بتایا تو اس نے کہا کہ تم کسی مولانا صاحب کے پاس جاؤ یہ تو کالا جادو ہوسکتا ہے؟ اس نے ایک عالم صاحب کا بتایا تو اگلے دن وہ عورت اپنے بیٹے کے ساتھ اس مولوی کے پاس گئی۔ مولوی صاحب نے کپڑے دیکھے اور پوچھا کہ کیا تمہاری بیٹی پہلے سے کمزور ہوگئی ہے؟ تو عورت نے کہا جی ہاں! وہ تو پہلے سے بہت زیادہ کمزور ہوگئی ہے تو اس مولوی صاحب نے بتایا کہ تمہاری بیٹی پر کالا جادو کیا گیا ہے اس کی جان لینے کیلئے اور ایک ہفتے تک تمہاری بیٹی زندہ رہے گی کیونکہ کالا جادو اثر کر گیا ہے اب اس کا توڑ نہیں ہوسکتا وہ عورت رونے لگی اور کہنے لگی خدا کیلئے کچھ کرو کوئی تو حل ہوگا اگر جادو ہے تو اس کا توڑ بھی تو ہوگا مگر اب اس کے رونے کا کوئی فائدہ نہیں تھا۔ وہ ایک ہفتے تک اپنی بیٹی کو مختلف مولوی اور علماء حضرات کے پاس لے کر جاتے رہے ٹھیک ایک ہفتے بعد اس کی بیٹی انتقال کر گئی۔ ان کے گھر تو جیسے قیامت آگئی ان کی صرف ایک بیٹی تھی اور تین بیٹے۔ سب گھر والوں کو اس لڑکی کی موت کا بہت صدمہ ہوا جب وہ عورت ہمیں یہ بتا رہی تھی تو مسلسل اس کی آنکھوں سے آنسو گر رہے تھے وہ زاروقطار رو رہی تھی ہم نے اسے تسلی دی۔ کہنے لگی پتہ نہیں ہم نے کسی کا کیا بگاڑا ہے؟ میری بیٹی کی جان لے کر بھی انہیں سکون نہیں ملا اب پھر سے ہمارے گھر میں خون کے چھینٹے گرے ہیں اس لیے آئی ہوں یہ سوچ کر میرے رونگٹے کھڑے ہوگئے میں نے سوچا کہ ہم ایسا کیوں کر رہے ہیں؟ کیوں ایک دوسرے کی خوشیوں سے جلتے ہیں؟ ہم مسلمان ہو کر بھی جادو کرتے اور کرواتے ہیں کیوں؟ آخر کیوں؟ تو خیال آیا کہ یہ سب صرف اور صرف حسد کی وجہ سے ہے اگر ہم حسد نہیں کریں گے اور دوسروں کی خوشیوں میں خوش ہوں تو جس طرح ہم جیسے بہت سے لوگ جادو سے پریشان ہیں وہ نہیں ہوں گے۔ دوسروں کو دکھ، پریشانی اور آنسو دے کر اس دنیا میں نہ سہی مگر آخرت میں ضرور شرمندہ ہونا پڑے گا۔ میری تمام مسلمانوں سے درخواست ہے کہ اس سے پرہیز کریں اور حسد نہ کریں تاکہ اس دنیا میں بھی شرمندہ نہ ہوں اور آخرت میں بھی۔ اگر آپ دوسروں کی خوشیوں میں خوش ہوں گے تو اللہ تعالیٰ آپ کو بھی دلی خوشی نصیب کریں گے۔

قیامت کی نشانیاں

(راحیلہ اطہر)

قیامت کے قائم ہونے ہونے کا عقیدہ برحق ہے لیکن قیامت کب آئے گی؟ اس کا علم کسی کو نہیں ہے۔ رسول اللہ ﷺ سے کسی نے پوچھا کہ قیامت کب آئے گی؟ آپ ﷺ نے فرمایا ''ترجمہ: جس سے پوچھا جا رہا ہے وہ پوچھنے والے سے زیادہ نہیں جانتا لیکن اس کی نشانیاں میں تم سے بیان کیے دیتا ہوں۔ جب لونڈی اپنے مالک کو جنے گی، جب ننگے پاؤں اور ننگے سر پھرنے والوں کو سردار بنا دیا جائے گا، جب بکریاں یا بھیڑیں چرانے والے بڑی بڑی عمارتیں بنائیں گے۔''

قیامت سے قبل اتنے فتنے پیدا ہونگے کہ انسان تصور بھی نہیں کرسکتا مسلمانوں کی ہر چیز دین ایمان، تہذیب و تمدن کو بہا کر لے جائے گا۔ حضور ﷺ نے قیامت کی علامتیں یوں بیان کی ہیں۔ نمازوں کا ضائع کرنا، خواہش کی طرف جھکنا، مالداروں کی تعظیم ان کے مال کی وجہ سے کرنا اور زکوٰۃ کو تاوان کے مثل سمجھا جائے گا اور مال غنیمت کو اپنی دولت گنا جائے گا اور جھوٹے آدمیوں کو سچا سمجھا جائے گا اور سچے کو جھوٹا کہا جائے گا اور خیانت کرنے والے کو امانت دار سمجھا جائے گا اور جن لوگوں کو بولنے کا ڈھنگ نہ ہوگا وہ مولوی، عالم، خطیب ہونگے۔ حق کے دس حصوں میں سے نو کا انکار ہونے لگے گا۔ اسلام کا فقط نام رہ جائیگا۔ نمازیوں کی صفیں بہت ہونگی لیکن دل اور خیالات الگ الگ ہونگے۔

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے پوچھا یا رسول اللہ ﷺ کیا ایسا ہوگا؟ آپ ﷺ نے فرمایا ہاں ہاں اللہ کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے یہی ہوگا۔ مومن عام لوگوں کی نظر میں لونڈی سے بھی زیادہ ذلیل ہوگا اور یہ کڑھتا رہے گا۔ کیونکہ اللہ کی نافرمانیاں دیکھتا ہے اور انہیں اصلاح پر لانے کی کوئی طاقت نہیں رکھتا۔ اس لیے دل میں ایسا گھلتا جائے گا جیسے پانی میں نمک، امین خیانت کرنے لگیں گے۔ نمازیں ضائع کردی جائیں گی، خواہشات نفسانی کی پیروی کی جانے لگے گی۔ میں تمہیں حکم دیتا ہوں ایسے وقت میں تم نماز کو اس کے وقت پر پڑھ لینا، اس وقت مشرق و مغرب سے لوگ آئیں گے جن کے جسم تو انسانی ہوں گے لیکن دل شیطانی ہوں گے۔ نہ چھوٹوں پر رحم کریں گے نہ بڑوں کی عزت کریں گے۔

اس وقت حج تجارتی فائدے کی خاطر کیا جائیگا۔

دم دار ستارہ نمودار ہوگا اس وقت جھوٹ پھیل جائے گا جس قدر نشانیاں آپ ﷺ نے بتائی ہیں ان میں سے کون سی ایسی ہے جو ظاہر نہیں ہوئی۔

اس میں سب سے پہلے جو نشانی ظاہر ہوگی وہ سورج کا مشرق کی بجائے مغرب سے نکلنا اور چاشت کے وقت جانور کا نکلنا ان میں سے جو پہلے ظاہر ہوگی دوسرے اس کے فوراً بعد ہی ظاہر ہو جائے گی۔ **(صحیح مسلم)**

حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا نزول، دجال کی آمد اور اس جیسی اور بڑی بڑی علامات دیکھی جائیں گی۔ ہمیں اپنے اعمال کی اصلاح کر لینی چاہیے کیونکہ یہ دنیا ہمیشہ رہنے والی نہیں ہے ہمیشہ رہنے والی دنیا کوئی اور ہے۔

حدیث نبوی ﷺ ہے ''جو مرا اس کی قیامت اسی دن کھڑی ہوگئی۔''

وہ قیامت کی منزل میں داخل ہوگیا اس کیلئے قیامت ہی قیامت ہے۔

حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا قیامت کے روز لوگوں میں سے میرے سب سے قریب وہ شخص ہوگا جو (اس دنیا میں) ان سب سے زیادہ مجھ پر درود بھیجتا ہے۔ لہٰذا نبی کریم ﷺ کا قرب حاصل کرنے کیلئے زیادہ سے زیادہ درود پڑھا کرو۔

دنیا کے حالات سے تو یہی لگتا ہے کہ قیامت زیادہ دور نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں ہر برے وقت سے بچائے۔ برے حالات سے بچائے، غیبت سے بچائے، جھوٹ، چغلی سے بچائے۔ آخرت میں نبی کریم ﷺ کا دیدار نصیب ہو اور وہ سب تو جب ہی ممکن ہے کہ ہم اپنے اعمال درست کرکے جنت کا راستہ بنائیں۔ اپنے دلوں کو صاف رکھیں۔ آخرت پر یقین رکھیں کیونکہ یہ ایک ایسی حقیقت جس سے انکار کرنا گناہ کبیرہ ہے۔ مسلمان تو وہی ہے جو ان سب باتوں پر یقین رکھے۔

اللہ ہم سب کو سچا مسلمان بنائے اور دین پر چلنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین!

میری زندگی کے مجرب نسخہ جات

(شوکت شاہین، خانیوال)

ماہنامہ عبقری کا پہلے دن ہی سے قاری ہوں اور اکثر اس میں لکھتا رہتا ہوں چند نسخہ جات لکھ رہا ہوں۔ انتہائی مجرب لاجواب سہل الحصول اور فوائد میں بے پناہ کامیاب ہیں۔ مجرب المجرب ہیں استعمال کے بعد آپ خود جان جائیں گے۔

موٹاپے کیلئے: 10 گرام اجوائن، 10 گرام سونف کو ایک گلاس پانی میں ڈال کر پکائیں آہستہ آہستہ جب آدھا رہ جائے تو صبح وشام استعمال کریں۔ صرف چند دن کے استعمال سے فرق نمایاں ہوگا۔ سستا اور مجرب ہے۔

مسوڑھوں کے درد کیلئے: اثرات میں بے حد موثر ہے کنڈیاری 10 گرام، ابہل 10 گرام، نمک خوردنی 10 گرام باریک سفوف بنالیں۔ صبح وشام بطور منجن استعمال کریں۔

مقوی باہ: نہایت ہی مقوی باہ ہے۔ امساک پیدا کرتا ہے۔ بے ضرر نسخہ ہے۔ دار چینی، کباب چینی، حرمل سوختہ خراطین مصفی سفوف بنالیں اور کیپسول میں بھرلیں۔ صبح وشام ایک کیپسول ہمراہ دودھ استعمال کریں۔ ☆ **مقوی باہ:** موصلی سفید انڈیا 30 گرام، عقر قرحا 30 مصری 50 گرام کا سفوف بنالیں، 5 گرام صبح وشام ہمراہ دودھ زبردست اثرات کا حامل ہے۔ سادہ مگر لاجواب مجرب نسخہ ہے۔

سفوف ٹھنڈک: دل کی گھبراہٹ، گرمی، اختلاج قلب اور بے چینی کیلئے موثر ہے۔ طباشیر نقرہ 25 گرام الائچی خورد 15 گرام، قلمی شورہ 15 گرام، زیرہ سفید 15 گرام، کشتہ ابرک سفید 50 گرام، مصری 100 گرام تمام کا سفوف بنالیں 5 تا 10 گرام ہمراہ پانی صبح وشام استعمال کریں۔

سوزاک کیلئے: موذی مرض ہے مگر یہ نسخہ بڑا کارگر ہے سوزش جلن دور کرتا ہے۔ حکیم ہری چند ملتانی سے ماخوذ ہے۔ جوکھار قلمی شورہ، ریوند چینی ہم وزن 2 گرام ہمراہ شربت بزوری استعمال کریں۔

امراض معدہ: یہ نسخہ امراض معدہ کیلئے بہت مفید ہے۔ گیس فوراً خارج کرتا ہے۔ **ھوالشافی:** چینی 100 گرام، ادرک 100 گرام، میٹھا سوڈا 100 گرام پیس کر ادرک کے رس میں تر وخشک کرلیں۔ دو ماشہ کھانے کے بعد صبح وشام استعمال کریں۔

لنگڑی کا درد: یہ نسخہ بڑا مجرب ہے ایک سادھو جوگی نے دیا تھا کئی بار آزمایا، لاجواب پایا۔ سورنجاں شیریں، لوبان، کوگل مصفی موٹا موٹا کوٹ کر تمام کو بھیڑ کے دودھ میں آگ پر پکائیں پھر اتار کر خوب گھوٹیں اور چنے کے برابر گولی بنالیں۔ پانی یا دودھ سے صبح وشام استعمال کریں۔

بے پناہ قوت و طاقت کیلئے: 3 گرام روزانہ یہ نسخہ کھائیں زبردست مقوی باہ واعصاب ہے۔ اعضائے رئیسہ کیلئے لاجواب ہے۔ صحت قائم رہتی ہے۔

خولنجان، کبابہ، زنجبیل مصطگی جوز بوا دارچینی، عاقر قرحا 10 گرام عود خالص 2 گرام تمام وزن سے 3 گنا شہد لیکر معجون بنالیں۔

اسہال کیلئے: اسہال جو کسی دوا سے نہ رکتے ہوں بچوں کے دست اور موشن کیلئے مفید ہے۔ سہاگہ بریاں پھٹکڑی بریاں گیرو ہلیلہ سیاہ بریاں گٹھلی آم دیسی برابر وزن لیکر سفوف بنالیں۔ حسب ضرورت استعمال پانی یا شربت انجبار سے لیں۔

پتھری کیلئے: پتھری خواہ کتنی بڑی ہو ریت بن کر نکل جاتی ہے لاجواب اور موثر نسخہ ہے۔ ہلدی کی 3 گانٹھیں لیکر ہم وزن لیموں کے پانی میں تر وخشک 3 بار کرلیں اور پھر سفوف بنالیں۔ آدھا ماشہ ہمراہ پانی صبح وشام دو ہفتے کافی ہے۔

منہ کے چھالوں کا تیر بہدف نسخہ

(احقر نصیر احمد، ایبٹ آباد)

جناب حکیم صابر ملتانی مرحوم کی کتاب مجربات صابر میں عضلاتی غدی تریاق کے نام سے مشہور ہے۔ اللہ تعالیٰ تمام پرانے حکماء کو دنیا سے رخصت ہوگئے جنت الفردوس میں جگہ عطا فرمائے۔ ان کی بڑی خدمات ہیں جو فراموش نہیں کی جاسکتیں۔

نسخہ: اجوائن دیسی ایک پاؤ، تیزاب گندھک حسب ضرورت۔ **ترکیب:** اجوائن کو باریک پیس کرلیں۔ کسی کانچ یا پلاسٹک کے برتن میں ڈال دیں۔ اس میں اتنا تیزاب ڈالیں کہ خوب تر ہو جائے۔ تیزابی عمل شروع ہو جائے گا۔ برتن کو کسی محفوظ مقام پر پندرہ بیس دن حفاظت سے رکھ دیں۔ پھر کھرل کرکے سفوف بنالیں۔ **خوراک:** دو رتی سے ایک ماشہ تک ہمراہ نیم گرم پانی۔ دن میں تین چار بار دیں۔ منہ کے چھالوں کیلئے تھوڑے سے نیم گرم پانی میں ملا کر غرارے کرائیں۔ پہلی خوراک سے خاطر خواہ فائدہ ہوگا۔ یہ بالکل نئی بیماری کیلئے ہے۔ زیادہ دن کی ہو تو تین چار بار غرارے کرائیں اور کھلائیں بھی۔ **نوٹ:** اگر اسی نسخہ میں ایک سیر پیا ہوا نمک ملا کر خوب اچھی طرح کھرل کرکے ملالیں تو یہ مولی کا نمک بن جائیگا جو بازار میں عام بکتا ہے۔ نوٹ: جو صاحب اوپر والا نسخہ نہ بناسکیں وہ مولی کا نمک بنا ہوا شیشی میں لے آئیں۔ تھوڑا سا پانی حل کرکے غرارے کریں۔ بفضل خدا فوری شفاء ہوگی۔ دن میں تین چار مرتبہ کریں۔ یہی دوا میں نے پیٹ میں کیچوؤں یعنی ملپ کیلئے استعمال کرائی دو تین دن میں سب مر کے نکل گئے۔ ہیضہ، پیٹ درد، بدہضمی اور جب سرد پسینے آرہے ہوں ان کیلئے مفید ہے۔

نوٹ: معصوم بچوں کو منہ کے چھالوں کی شکایت ہو جائے تو وہ اس دوا کو نہیں کھاسکتے۔ لہٰذا ان کیلئے مصری باریک پیس کر ان کے منہ میں ڈالیں جو بچے خوب کھاپی سکیں۔ انشاء اللہ بچوں کا یہ عارضہ ختم ہو جائیگا۔ بڑوں کو معدہ کیلئے جوہر شفاء مدینہ ضرور کھانی چاہیے ورنہ یہ مرض پھر ہو جاتا ہے۔

شہد مکمل غذا شفائی دوا

حکیم پیر محمد اعظم پیرزادہ

آپ کے ذہن میں یہ تجسس بھی ہوگا قارئین کہ شہد خالص حاصل کیسے کریں یعنی اصلی شہد کی پہچان کیا ہے اور خالص شہد کی پرکھ کا طریقہ کیا ہے۔ قارئین آپ دو انتہائی آسان طریقوں سے شہد کی اصلیت یعنی اس کا خالص ہونا پرکھ سکتے ہیں

قارئین خداوند کریم وحکیم نے انسان کیلئے جتنی بھی غذائی اور دوائی نعمتیں عطا فرمائی ہیں ان سب میں شہد کو ایک ممتاز درجہ حاصل ہے یہ ایسی لذیذ غذا اور دوا ہے جس کی افادیت ماہرین طب کے ہاں مسلمہ ہے۔

قارئین! انسانی رائے کو کسی بھی معاملہ میں حتمی قرار نہیں دیا جاسکتا کیونکہ مختلف ادوار میں انسانی رائے حالات اور زمانی مکانی تغیرات کے پیش نظر تبدیل ہوتی رہتی ہے لیکن اللہ اور اس کے حبیب ﷺ جس کسی چیز کے بارے میں کچھ ارشاد فرمائیں تو اس کے بارے میں کسی شک وشبہ کی گنجائش نہیں رہتی۔ چنانچہ سورۃ نحل میں ارشاد ربانی ہے ترجمہ ''اس (شہد) میں لوگوں کیلئے شفاء ہے'' قرآن پاک میں ارشاد الٰہی کیساتھ ساتھ رسول کریم نے بھی شہد کو شفاء قرار دیا ہے۔ چنانچہ کتب احادیث میں متعدد احادیث شہد کے شفاء بخش ہونے کے متعلق مروی ہیں ایک روایت حضرت ابن مسعودؓ سے مرفوعاً مروی ہے کہ شہد ہر جسمانی مرض کیلئے شفاء ہے اور قرآن ہر روحانی مرض کیلئے دوا ہے اس لیے قرآن اور شہد دونوں شفاؤں کو ہمیشہ تھامے رکھو۔ حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ میٹھا اور شہد سے محبت رکھتے تھے۔

مسلم شریف میں ایک اور حدیث میں رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ شفاء 3 چیزوں میں ہے۔ (1) حجام کے پچھنے میں (2) شہد کی ایک خوراک میں (3) آگ سے داغ لگانے میں، لیکن میں اپنی امت کو داغ لگانے سے منع کرتا ہوں۔ احادیث متذکرہ بالا سے آیت قرآنی کی توثیق ہوتی ہے قرآن پاک اور حدیث پاک شہد کی شفاء بخشی پر متفق ہیں اور دنیا کے باقی تمام الہامی مذاہب نے بھی شہد کو مفید اور صحت بخش قرار دیا ہے۔

قارئین! شہد میں زمین پر پائے جانے والے تمام مفید مرکبات اور سالٹس موجود ہیں۔

مثلاً کیلشیم' آئرن' سوڈیم' سلیکا' میگنیز' سلفر' فاسفورس اسی لیے شہد تمام امراض کیلئے شفاء کی حیثیت رکھتا ہے۔

اسی بنا پر اڑھائی ہزار سال قبل جالینوس' پلاٹینی اور بقراط جیسے بلند پایہ حکماء بھی اس کی افادیت کے قائل تھے۔ بعض کتب میں تو یہاں تک تحریر ہے کہ صرف شہد ہی قدیم زمانے میں بطور دوا استعمال ہوتا تھا۔

معروف سابق ہیوی ویٹ ورلڈ چیمپئن محمد علی کلے اپنی معمول کی خوراک میں شہد ضرور استعمال کرتے تھے انہوں نے اپنی جسمانی فٹنس کا یہ راز معروف ٹی وی چینل کو انٹرویو دیتے ہوئے بتایا۔ شہد کی اہمیت کا اندازہ اس بات سے بھی لگایئے کہ لندن کے ایک میوزیم میں فرعون کی لاش پر شہد کی مکھی کی تصویر بنی ہوئی ہے جو ماہرین کے اندازہ کے مطابق 36 سو برس قبل مسیح کی ہے۔ اس کا مطلب ہے کہ اس دور کے بادشاہ بھی شہد کو خاص اہمیت دیتے تھے اور اس کی افادیت کے قائل تھے اور آج کے جدید میڈیکل ترقی کے دور میں بھی مغرب میں باقاعدہ ایپائرن تھراپی رائج ہے جس میں صرف شہد اور شہد کی مکھی کی مصنوعات سے علاج کیا جاتا ہے۔

آپ کے ذہن میں یہ تجسس بھی ہوگا قارئین کہ شہد خالص حاصل کیسے کریں یعنی اصلی شہد کی پہچان کیا ہے اور خالص شہد کی پرکھ کا طریقہ کیا ہے۔ قارئین آپ دو انتہائی آسان طریقوں سے شہد کی اصلیت یعنی اس کا خالص ہونا پرکھ سکتے ہیں یہ یوں سمجھیں اصل شہد کی کسوٹی ہے۔ اگر شہد خالص میں روئی تر کرکے اس کو جلائیں تو اصل شہد سالم جل جاتا ہے اگر مصنوعی ہو تو کوئلہ رہ جاتا ہے اور دوسری پہچان یہ ہے کہ روٹی شہد میں تر کرکے کتے کو ڈالیں کتا نہیں کھائے گا۔

شہد سے علاج کے چند آسان نسخے قارئین عبقری کی خدمت میں پیش ہیں۔ فائدہ اٹھایئے اور دعائے خیر میں یاد رکھئے۔

گنج دور کرنے کیلئے

قارئین اکثر لوگ گنج اور بالوں کے گرنے کی وجہ سے پریشان ہیں اور طرح طرح کے فارمولے آزماتے ہیں مگر خاطر خواہ فائدہ نہیں ہوتا اس کا آسان حل پیش خدمت ہے۔ شہد ایک چمچ اور پیاز کا پانی ایک چمچ ملالیں اور گنج والی جگہ کو کسی کھردرے کپڑے سے رگڑیں اور یہ شہد اور پیاز کے پانی کا آمیزہ لگائیں لگاتار استعمال سے نئے بال پیدا ہوں گے اور بال گرنا بھی بند ہو جائیں گے۔

درد شقیقہ سے نجات

قارئین! درد شقیقہ انتہائی تکلیف دہ مرض ہے جسے آدھے سر کا درد بھی کہتے ہیں یہ عموماً طلوع آفتاب سے شروع ہوتا ہے اور غروب آفتاب کے وقت اس میں تخفیف ہونا شروع ہو جاتی ہے واضح نشانی درد شقیقہ کی یہ ہے کہ سر کے جس جانب ہوتا ہے اسی طرح کی آنکھ بھی سرخ ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس کا بھی شافی علاج شہد میں موجود ہے جو انشاء اللہ کسی معجزہ سے کم نہیں ایک بوند شہد سر درد والے حصہ کے مخالف نتھنے میں ڈال دیں انشاء اللہ فوراً آرام ہوگا۔

نزلہ زکام فوری ختم

نزلہ زکام عام بیماری ہے مگر شہد کی موجودگی میں آپ کو ڈاکٹر کے پاس جانے کی ضرورت نہیں کیونکہ شہد نزلہ زکام کا فوری علاج ہے 2 چمچ شہد اور ایک چمچ ادرک پانی ملا کر استعمال کریں سردی کے نزلہ زکام کیلئے اکسیر ہے۔ اگر گرمیوں میں نزلہ زکام ہو تو ایک کپ نیم گرم پانی میں 2 چمچ شہد ملالیں اور آدھا لیمن نچوڑ دیں اور نوش فرمائیں خوش ذائقہ قہوہ تیار ہے اور نزلہ کا فوری خاتمہ کرتا ہے۔

درد چشم کیلئے

درد چشم کیلئے شہد خالص اور پیاز کا پانی ہموزن ملا کر رکھیں اور 3 مرتبہ دن میں 2/2 قطرے آنکھ میں ڈالیں۔

ہچکی ختم کرنے کیلئے

قارئین ہچکی انتہائی تکلیف دہ مرض ہے جو بعض دفعہ کسی بھی دوا سے رکنے کا نام نہیں لیتی۔ مریض ایک قسم کی مصیبت میں گرفتار ہو جاتا ہے۔ مور کے پروں کے چندے جلا کر رکھ لیں اور اس کی راکھ شہد میں جلا کر چٹائیں فوراً ہچکی رک جائے گی۔

فوری قے روکنے کیلئے

اگر کسی مریض کو بار بار قے آ رہی ہو اور کسی دوا سے آرام نہ آتا ہو تو یہ نسخہ استعمال کرکے ہمیں دعائیں دیں انشاء اللہ قے رک جائے گی۔ گلو خشک ایک تولہ پانی میں جوش دیں اور صاف کرکے اس میں 2 تولہ شہد ملا کر پلائیں' دافع قے اور متلی ہے۔

موٹاپے کا سستا علاج

آج کل موٹاپا بھی ایک عام مرض بنتا جا رہا ہے اکثر لوگ بڑی قیمتیں دیکر علاج کراتے ہیں مگر ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا ہے۔ یہ نسخہ آزمائیں گے تو شہد کی افادیت کے خود ہی قائل ہو جائیں گے۔ چونا آب نارسیدہ جس کو پانی نے نہ چھوا ہو ایک تولہ اور شہد خالص ایک پاؤ اچھی طرح کھرل کرکے کپڑے سے چھان لیں۔ ایک چھوٹا چمچ نیم گرم پانی کے گلاس میں حل کرکے آدھا لیمن نچوڑ کر صبح شام پی لیں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

آخری دو آیات سے کام کیسے بنے

ایک مخلص

میری بڑی بہن کرائے کے فلیٹ میں رہتی ہیں اور بہن کے سامنے والے فلیٹ میں ایک ہندو فیملی رہتی ہے۔ایک دن وہ ہندو عورت بہت پریشان تھی کہ میرا چھوٹا پرس گم ہوگیا ہے گھر میں میں وہ مل نہیں رہا اس میں پیسے اور زیور رکھے ہوئے تھے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں آج آپ کی خدمت میں اپنے آزمائے ہوئے چند اعمال پیش کررہا ہوں جن سے مجھے اور جن کو میں نے بتایا ان کو بہت زیادہ فائدہ ہوا اب یہ قارئین کیلئے پیش خدمت ہے۔

اِنَّا لِلّٰهِ وَاِنَّا اِلَيْهِ رَاجِعُوْنَ والا عمل

متعدد بار یہ تجربہ ہو چکا ہے کہ کوئی چیز گم ہوجائے نہ مل رہی ہو اور یہ عمل گیارہ مرتبہ پڑھ کر ڈھونڈیں تو مل جاتی ہے۔

آج سے تقریباً 10 سال قبل میری میٹرک کراچی بورڈ کی سند گھر سے غائب ہوگئی تھی اور گھر کے اندر ساری فائلیں کاغذات وغیرہ دیکھ لیے مگر میری سند نہ ملی اور نوبت یہاں تک پہنچ گئی کہ میرا چھوٹا بھائی بورڈ آفس گیا تاکہ ڈوپلیکیٹ نکلوا کر لے آئے اور بورڈ آفس والوں نے فارم بھی دیا اور کہا کہ پہلے اخبار میں گمشدگی کی اطلاع کردو پھر یہ فارم بھر کر لے آنا ہم ڈوپلیکیٹ دے دیں گے اور اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ یہ آیت یاد آگئی اور اس کا ورد کرنا شروع کردیا اور گھر کے اندر ہی سے ایک فائل مل گئی اور اس کے اندر سے میری سند برآمد ہوگئی نہ اخبار میں گمشدگی کی اطلاع دینی پڑی اور نہ ہی فارم بھر کر بورڈ آفس سے رابطہ کرنا پڑا۔یہی عمل میری بڑی بہن بھی کرتی ہیں اور کہتی ہیں کہ مجھے تو کوئی چیز جو گم ہوجائے بس یہ آیت پڑھتی رہتی ہوں تو مل جاتی ہے۔

میری بڑی بہن کرائے کے فلیٹ میں رہتی ہیں اور بہن کے سامنے والے فلیٹ میں ایک ہندو فیملی رہتی ہے۔ایک دن وہ ہندو عورت بہت پریشان تھی کہ میرا چھوٹا پرس گم ہوگیا ہے گھر میں وہ مل نہیں رہا اس میں پیسے اور زیور رکھے ہوئے تھے وہ بہن کو اپنے ساتھ لے کر اپنے گھر چلی گئی اور بہن کو وہ الماری دکھانے لگی جس الماری میں پرس رکھا ہوا تھا۔بہن کہتی ہے کہ میں نے اس ہندو عورت کو زور سے بلند آواز سے کہا کہ جب ہماری کوئی چیز گم ہوجاتی ہے تو ہم قرآن شریف کی یہ آیت پڑھتے ہیں اور یہ آیت زور سے پڑھی۔اللہ تعالیٰ کا کرنا ایسا ہوا کہ وہ پرس اسی الماری میں سے فوراً مل گیا اور وہ ہندو عورت حیران و پریشان ہوگئی۔

سورۂ توبہ کی آخری دو آیات والا عمل

کراچی میں گلشن معمار کے ساتھ جان محمد بروہی گوٹھ ہے۔جان محمد بروہی گوٹھ میں بہت اعلیٰ شاندار مسجد تعمیر ہورہی ہے۔اس مسجد کے ناظم اعلیٰ ایک قاری صاحب ہیں اور وہ ناظم اعلیٰ کسی کو بھی اس مسجد میں امام رکھتے ہیں وہ پانچ وقت کی نماز بھی پڑھاتے ہیں اور دو ٹائم بچوں کو قرآن شریف بھی پڑھاتے ہیں۔اس ناظم اعلیٰ نے ایک مدرسہ کے فارغ مولانا کو اس مسجد میں امام رکھا کہ پانچ وقت کی نماز بھی پڑھانی ہے اور دو ٹائم بچوں کو بھی پڑھانا ہے۔وہ مولانا صاحب پابندی سے یہ کام کرتے رہے اور جب چار پانچ ماہ گزر گئے تو وہ مولانا میرے پاس آئے۔(میری ان سے خوب دوستی ہوگئی تھی) اور مولانا نے کہا کہ یہ ناظم اعلیٰ اب مجھے ہٹانا چاہتا ہے اور یہ کسی کو بھی مستقل رکنے نہیں دیتا اور میں بہت پریشان ہوں‘ تنخواہ کم ہے مگر میں پنجاب سے آیا ہوں اور یہاں فوراً دوسری جگہ کا بندوبست بھی نہیں ہوسکتا اور اب ناظم اعلیٰ کہتا ہے کہ اپنا بندوبست کرو اور یہاں سے جاؤ۔میں نے مولانا سے کہا کہ یہ قرآن کی آیت والا عمل کرو انشاء اللہ وہ آپ کو کبھی نہیں ہٹائے گا بلکہ تسخیر بھی ہوجائے گی اور مولانا کو میں نے کہا کہ پابندی سے کرنا اور لگن سے کرنا‘ بیزاری سے نہیں۔

میں نے کہا کہ رات کو بستر پر سوتے وقت 7 بار یہ آیتیں پڑھ کر ناظم اعلیٰ کا تصور کرکے دم کرکے سوجانا۔انشاءاللہ کام ہوجائے گا۔

مولانا نے پابندی سے عمل کیا اور مولانا کا کام اللہ تعالیٰ نے کردیا۔آج وہی ناظم اعلیٰ مولانا کی تعریف بھی کرتے ہیں اور ساری مسجد مولانا کے حوالے کردی ہے بلکہ نوبت یہاں تک آگئی ہے کہ مسجد اور مدرسے کے سارے کاغذات و رسید بک ناظم اعلیٰ نے مولانا کے پاس رکھائے ہوئے ہیں اور مولانا کو مسجد و مدرسے کا سفیر بھی بنادیا ہے اور مولانا کو لے جاکر سبزی منڈی و فروٹ منڈی میں بھی سب سے ملا دیا ہے کہ یہ ہمارا خاص آدمی ہے اس کو سبزی اور فروٹ بھی ہر ہفتے مل جاتا ہے۔یہ سب کلام اللہ کی آیت کا کمال ہے۔

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

ماہ کے بعد سکول گئی ہے دل سے آپ کیلئے دعائیں نکلتی ہیں۔اب تو ہر درس میں شامل ہونا لازم و ملزوم ہیں۔گھریلو چھوٹے چھوٹے کام جو مہینوں سالوں سے ایسے ہی پڑے تھے وہ تمام کام اس طرح پورے ہونے لگے ہیں کہ سمجھ میں ہی نہیں آتا اور خود بخود تمام کام اور مسئلے حل ہورہے ہیں۔اللہ آپ کو دن دگنی رات چگنی ترقی دے۔آمین۔

(روزینہ خان‘ لاہور کینٹ)

میں بہت شرمند ہوں

قارئین! بچوں کو وقت دیں ان پر نظر رکھیں ورنہ!!!

محترم حکیم صاحب السلام علیکم محترم! میں اس وقت زندگی کے اس موڑ پر کھڑی ہوں جہاں پر راستہ میرے لیے بند ہے‘ اللہ تعالیٰ کے بعد ایک آپ ہی ہیں جو کوئی راستہ دکھا سکتے ہیں۔میرے پاس وقت بہت کم ہے اس لیے آپ سے گزارش ہے کہ جلد از جلد ممکن ہوسکے تو مجھے میری مشکل کا حل بتائیے۔بہت امیدوں سے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

میری کہانی دراصل یہ ہے کہ آج سے چھ سے سات ماہ پہلے انٹرنیٹ پر میری ایک آدمی سے دوستی ہوئی اس نے مجھ سے شادی کی خواہش کا اظہار کیا میں نے اس کو ہاں کردی اور پھر یوں بات ہمارے گھر والوں کے درمیان چل پڑی۔عیدالفطر پر اس کے گھر والے آئے ہمارے گھر اور بڑی عید پر میرے ابو اس سے ملنے گئے۔وہ لڑکا امریکہ میں رہتا ہے اور میرے ابو (سعودی عرب) میں ہوتے ہیں۔میرے ابو کو وہ لڑکا پسند نہیں آیا اور انہوں نے نہ کردی۔(میں نے اس لڑکے کو بہت شروع میں کہہ دیا تھا کہ جو فیصلہ میرے والدین کا ہوگا وہی میرا ہوگا)

جس دوران ہمارے گھر والوں کے درمیان بات ہورہی تھی اس دوران میری بھی اس سے بات ہوتی رہی۔مجھے معلوم نہ تھا کہ وہ میری باتیں ریکارڈ کرتا تھا۔اس نے کچھ تصاویر بھی لیں میری فیس بک سے۔ہماری باتیں ہوتی تھیں لیکن مجھے خود معلوم نہیں میں نے کب اس سے وہ باتیں کیں جو مجھے شاید نہیں کرنی چاہئیں تھیں میں خود بھی بہت شرمند ہوں۔

محترم حکیم صاحب! اب جبکہ میرے گھر والوں نے نہ کردی ہے تو وہ لڑکا بدلہ لینے پر اتر آیا ہے۔دھمکیاں دیتا ہے‘ میری ریکارڈ کی گئی آواز اور تصاویر کی بنا پر۔میری ماں نے بھی اس کو واسطے دیئے ہیں۔خوف خدا دلایا لیکن وہ اپنی ضد پر قائم ہے۔اس نے میری ماں جی کو بھی کہا ہے کہ اگر وہ نہیں مانیں گی اس رشتے کیلئے تو دنیا بھر میں مجھے بدنام کردے گا اور کہیں کا نہیں چھوڑے گا۔**محترم حکیم صاحب!** میں بہت زیادہ پریشان ہوں اور شرمندہ بھی ہوں۔نادانی میں مجھ سے غلطی ہوئی ہے لیکن اس کی اتنی بڑی سزا مجھ سے برداشت نہ ہوگی کچھ ایسا کریں کہ اس انسان کے دل میں رحم آجائے اور وہ ہماری جان چھوڑ دے اور میرا خاندان بدنامی سے بچ جائے۔اللہ تعالیٰ کے بعد آپ سے ہی امید ہے۔

بڑھاپے اور جھریوں سے بچاؤ ممکن ہے

عمر بڑھتی ہے تو جسم اور اعضاء کی لچک ختم ہونے لگتی ہے۔توازن بگڑنے لگتا ہے' سہارا ضروری ہوجاتا ہے۔اس صورتحال سے دوچار بوڑھے بہت سے کام خودنہیں کرپاتے۔صحیح سلامت ہاتھ پیر رکھنے کے باوجود وہ اپنے جسم استعمال نہیں کرسکتے

یہ سچ ہے کہ دنیا میں بوڑھوں کی تعداد بڑھ رہی ہے۔اسی کے ساتھ بڑھاپے کے مسائل بھی بڑھ رہے ہیں۔مغرب کی طرح مشرق میں بھی بوڑھے ماں باپ مشترکہ خاندان کے فائدوں اور تحفظات سے محروم ہورہے ہیں۔اس کی وجہ سے اب ان کے مختلف مسائل میں اضافہ ہورہا ہے۔ان میں سب سے اہم مسئلہ چلنے پھرنے سے مشکل اوردقت ہے۔
عمر بڑھتی ہے تو جسم اور اعضاء کی لچک ختم ہونے لگتی ہے۔ توازن بگڑنے لگتا ہے' سہارا ضروری ہوجاتا ہے۔ اس صورتحال سے دوچار بوڑھے بہت سے کام خودنہیں کرپاتے۔صحیح سلامت ہاتھ پیر رکھنے کے باوجودوہ اپنے جسم استعمال نہیں کرسکتے۔ بوڑھوں کے تمام عوارض کا مطالعہ' علم کی ایک شاخ ''علم پیری'' کی صورت میں فروغ پارہا ہے۔
اس کے تحت ان کے مختلف مسائل کا مطالعہ اوران کے حل تلاش کرنے کی کاوشیں کی جارہی ہیں۔اس سلسلے میں جوتحقیق ہورہی ہے اس سے ترقی یافتہ ملکوں کے بوڑھے مستفید بھی ہورہے ہیں۔ اس علم کا مقصد زندگی میں اضافہ نہیں بلکہ بڑھاپے کوایک نئی زندگی اورجہت دینا ہے۔
ایک بات اب بالکل واضح اور ثابت ہوگئی ہے کہ باقاعدہ ورزش کے ذریعے سے زندگی آرام کے ساتھ بہتر انداز میں گزاری جاسکتی ہے۔تھوڑی سی کاوش اور ہمت سے کام لے کروہ اپنے کم زورہونے اعضا کودوبارہ کام کرنے کے قابل بناسکتے ہیں۔ان کی معذوری اورکم زوری میں اس احساس کا بڑا دخل ہے کہ ریٹائر ہونے کے بعد صرف چارپائی پر لیٹے رہنا ہی ان کا مقدر ہے۔سوچ کا یہ انداز یا نقص مردوں کیلئے سخت نقصان دہ ثابت ہوتا ہے' کیونکہ گھریلو کام کی عادی خواتین میں ریٹائرمنٹ کا تصور بالعموم نہیں ہوتا۔ چنانچہ خواتین کی اکثریت پیرانہ سالی کے باوجود گھر کے کام کاج میں ہاتھ بٹاتی نظر آتی ہیں جن خوشحال گھروں میں ملازمین پر تمام انحصار ہوتا ہے' وہاں مردوں کے علاوہ خواتین بھی بڑھاپے کے عارضوں کی زیادہ شکار رہتی ہیں۔
یہ عام مشاہدہ کہ چارپائی پر لیٹے رہنے والے بوڑھے وزن میں اضافہ کرلیتے ہیں۔ یہ اضافہ ان کے جسم کے ٹھوس عضلات (پٹھوں) میں نہیں ہوتا بلکہ یہ تو ورزش کے نہ ہونے سے گھلنے لگتے ہیں۔ ہمارے پٹھے تو بیماری کی وجہ سے ایک ہفتہ پلنگ میں لیٹے رہنے سے بھی دوفیصد کم ہوجاتے ہیں چہ جائے کہ یہ معمول مہینوں تک جاری رہے۔بوڑھوں کے وزن میں اضافہ دراصل چربی میں اضافے کا نتیجہ ہوتا ہے۔ ورزش عضلات بڑھیں تو توانائی بھی بڑھتی ہے لیکن چربی سے صرف وزن بڑھتا ہے اور جسمانی کارکردگی' نقل وحرکت کی صلاحیت وقوت رخصت ہوتی جاتی ہے۔صرف یہی نہیں' رگیں' شریانیں کولیسٹرول سے اٹتی جاتی ہیں۔ فاضل شکر چوں کہ عضلات میں ورزش کی کمی سے نہیں جلتی' خون میں اس کی سطح بڑھنے لگتی ہے یہاں تک کہ پیشاب میں بھی شکر کا اخراج شروع ہوجاتا ہے۔یہ تبدیلی بڑے منفی اثرات رکھتی ہے۔ذیابطس کے عارضے گھیرنے لگتے ہیں اورجسم امراض کی آماجگاہ بن جاتا ہے۔
آپ اپنا بڑھاپا آرام اورخودانحصاری کے ساتھ مثبت انداز میں گزارنا چاہتے ہیں اپنے جسم کو بیماریوں کا گڑھ نہیں بنانا چاہتے تو ورزش کا سلسلہ شروع کیجئے اوراسے مستقل مزاجی کے ساتھ جاری رکھیے۔اس کیلئے عمر کی کوئی قید نہیں ہے۔صرف ایک شرط ہے کہ ورزش اعتدال کے ساتھ کی جائے اوراس میں بتدریج اضافہ کیا جائے۔مسلمان مرد اور عورت اگر پنجگانہ کے عادی ہیں تو اعتدال کے ساتھ کیے جانے والے رکوع وسجود سے عضلات میں انحطاط کی رفتار کم رہتی ہے۔اسی طرح باجماعت نماز ادا کرنے والے مردوں کے جسم میں چربی کی مقدار نہیں بڑھتی بشرطیکہ وہ روغنی اورشیریں غذائیں کم سے کم کھائیں۔اسی کے ساتھ اگر وہ ورزش بھی کریں تو ان کے بازو مضبوط' ٹانگیں مستحکم اور توازن برقرار رکھنے کی صلاحیت بہتر رہ سکتی ہے۔ایسے مردوخواتین ذیل میں دی ہوئی ورزشوں سے اپنے عضلات اورجسم کو بہتر رکھ سکتے ہیں۔اس کیلئے انہیں تھوڑے سے اہتمام کی ضرورت ہوگی۔ یہ اہتمام بلاقیمت بھی ہوسکتا ہے۔ان ورزشوں میں ریت کی ذرا لمبی ڈھیلی دوتھیلیوں اورکسی ہینڈل والی بڑی بوتل اورایک رسی اورچرخی کی ضرورت ہوگی۔
کولہے مضبوط کرنے کی ورزش: کرسی پر بالکل سیدھے بیٹھ جائیے۔تھیلیاں پنجوں پرٹخنوں کے قریب رکھیے۔باری باری پیروں کو دھیرے دھیرے بالکل سیدھا کیجئے اور اسی رفتار سے اصلی حالت پرآجائیے۔ہر پاؤں سے یہ ورزش دس دس مرتبہ کیجئے۔اس دوران سانس ایک رفتار سے لیتے رہیے۔
رانوں کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: اس ورزش میں کولہے کوحرکت دیئے بغیر نچلا پیر ہاتھوں کی مدد سے اٹھاتے ہیں۔پہلی ورزش ہی کی طرح بالکل سیدھے بیٹھیے۔ریت کی تھیلی پنجے پرٹخنوں کے قریب رکھیے۔ دونوں ہاتھوں سے گھٹنا تھام کر پیر کو دھیرے دھیرے اوپر لائیے اور سیدھا کرکے آہستہ آہستہ واپس رکھیے۔یہی عمل دونوں پیروں کے ساتھ کیجئے۔دس دس مرتبہ یہ عمل کیجئے۔
پنڈلی کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: تصویر کے مطابق پنجے پرتھیلی رکھیے اورپیر کودونوں ہاتھوں سے تھام کردھیرے دھیرے اٹھائیے۔اب پنجے کواوپر نیچے حرکت دیجئے دوسرے پیر سے بھی یہی ورزش دس دس بار کیجئے ہر بار پیر دھیرے دھیرے زمین پرواپس رکھیے۔
بازو کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: کسی ہینڈل والی بڑی بوتل یا ڈبے میں اتنی ریت بھر رکھیے کہ آپ اسے اٹھاسکیں۔کرسی پرسیدھے بیٹھ کرریت بھری بوتل یا ڈبے کوپکڑ کردھیرے دھیرے اٹھائیے کہ ہاتھ کہنی میں سے مڑ جائے۔ یہی ورزش دوسرے ہاتھ سے کیجئے۔دس دس مرتبہ ہر ہاتھ سے یہ ورزش کیجئے۔
بازوؤں کے پچھلے پٹھے مضبوط کرنے کی ورزش: کسی مناسب جگہ چرخی مضبوطی سے لگائیے۔رسی کا ایک سرا اس میں سے گزار کر ریت بھری بوتل یا ڈبے میں باندھ دیجئے اور کرسی پر بالکل سیدھے بیٹھ کر رسی کا دوسرا سرا کسی گول لکڑی پر باندھ لیں اور مٹھی سے اسے پکڑ لیجئے۔اب دھیرے دھیرے رسی کو کھینچ کر نیچے لائیے دونوں ہاتھوں سے دس دس بار یہ عمل کیجئے۔
کندھے کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: اس ورزش میں رسی پکڑ کر بازو دھیرے دھیرے سر سے اوپر اٹھا کر دھیرے دھیرے واپس لایا جاتا ہے۔دونوں بازوؤں سے دس دس مرتبہ یہ ورزش کریں۔
ہتھیلی کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: اس ورزش میں رسی کا سرا کھینچ کر ہاتھ کو کلائی میں سے نیچے اوپر موڑا جاتا ہے۔دونوں مٹھیوں سے دس دس بار یہ ورزش کیجئے۔
کندھے کے عضلات مضبوط کرنے کی ورزش: ریت بھری بوتل یا ڈبا ہاتھ سے پکڑ کر دھیرے دھیرے کندھے سے اوپر اٹھائیے اور اسی طرح آہستہ آہستہ واپس لائیے۔ دونوں بازوؤں سے یہ ورزش بھی دس دس مرتبہ کیجئے: ان ورزشوں کے دوران گہرے سانس لینے کا عمل جاری رہنا چاہیے۔اس طرح قلب اورپھیپھڑے توانا رہیں گے۔ماہرین کے مطابق اپنے عضلات متحرک رکھ کر بوڑھے افراد توانا رہ سکتے ہیں۔توانائی اور طاقت ہوگی تو ان کیلئے اپنے کام خود کرنا آسان رہے گا۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 19

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اور اس چلے کی وجہ سے ہم اس جناتی جیل کے اندر آ جا سکتے ہیں ورنہ تو اس کے اندر جانا ممکن نہیں اگر چلے جائیں تو واپس آنا ممکن نہیں۔ میں نے حامی بھر لی اس کیلئے مجھے ایک ویران قبرستان میں 11 دن کا چلہ کرنا تھا چلے کے جولوازمات ہیں وہ حسب ذیل ہیں۔

دو کفن کی چادریں، ایک عدد بڑی شیشی تیز خوشبو، چار عدد تیز دھار چھریاں، ایک نئی جائے نماز، ایک سفید ٹوپی، ایک عدد کالے دھاگے کا چھوٹا بنڈل اب یہ چیزیں لے کر کسی ویران قبرستان میں ویران کونہ اور ویران قبر کے پاس جا کر رات ٹھیک بارہ بجے اپنی جگہ پر موجود ہونا ہے۔ کپڑے اتار کر کفن کی چادریں احرام کی طرح باندھ لیں خوب خوشبو لگائی تھی۔ سر پر ٹوپی اور جائے نماز بچھا کر چاروں طرف چھریاں مٹی میں گاڑ دیں اور اپنے اردگرد دھاگہ لپیٹ لیں اور صرف ایک لفظ پڑھنا تھا وہ لفظ ہے ''کہف'' اسی لفظ کو بغیر تعداد کے 3 گھنٹے بیٹھ کر پڑھنا ہے۔ 3 گھنٹے کے بعد انہیں پہلے چھریاں ہٹائیں پھر لباس تبدیل کر کے یہ چیزیں سمیٹ لیں اور وہ کالا دھاگہ جو اپنے اوپر کے جسم پر لپیٹا تھا یعنی 11 چکر دھاگے کے دیئے تھے وہ اتار کر رکھ دیں واپس گھر آ جائیں پھر دوسری رات اسی طرح جائیں اور سابقہ رات کی طرح کریں۔

کل گیارہ راتیں اگر کوئی ایسا کرے (اس کی سب کو میری طرف سے اجازت ہے) تو اس شخص کو جنات کا ہر حصار توڑنا آسان، جنات کی جیل میں آنا جانا ممکن، کوئی طاقتور جن جنی بدروح دیو موکل، جادو، نظر بد اور بندوق کا حملہ اس پر اثر انداز کبھی نہ ہوگا پھر جب کوئی اس لفظ یعنی کہف کو صرف پڑھ لے گا چاہے تھوڑی یا زیادہ تعداد میں تو جس پر بھی دم کرے یا پانی پر دم کرے یا کوئی کھانے پینے والی چیز پر دم کرے تو فوری اثر ہوگا۔ وہ تمام عوارضات ختم ہوں گے جو اوپر بیان کیے ہیں خیر میں نے قبرستان میں یہ عمل کیا چونکہ میرا جناتی پیدائشی تعلق ہے کچھ انوکھا یا غیر مرئی عمل محسوس نہ ہوا گیارہ دن کے بعد میں نے عبدالسلام اور عبدالرشید کو بلایا ان کے ساتھ حاجی صاحب بھی تشریف لے آئے۔ مجھے گدھ نما پروں والی سواری پر سوار کیا اور خود ساتھ ہوا بن کر پرواز کرنے لگے اس سواری پر کئی بار سفر کیا تو اس بار اس سواری میں انہوں نے میرے لیے لاجواب کھانے اور بہترین قہوے بھی رکھ لیے تھے مجھے بار بار اصرار کر کے وہ کھلا رہے تھے۔

سفر تھا کہ ختم ہونے کا نام نہیں لے رہا تھا بہت لمبا اور بڑا سفر کیا جو کئی گھنٹوں پر محیط تھا۔ آخر کار مجھے ہر طرف پہاڑ اور برف ہی برف محسوس ہوئی پھر برف ختم ہوگئی اور ہر طرف خشک پہاڑ اور جنگل شروع ہوگئے اس کے درمیان ہم ٹھہر گئے۔ یعنی سواری اتری پروں سے بنی ہوئی سیڑھی سے میں اترا اور ہر طرف جنگل اور پہاڑیاں دوسری طرف برف پوش پہاڑ تھے۔ وہاں ہر طرف جنات کی قطاریں نظر آئیں چونکہ حاجی صاحب اور صحابی بابا اور میں ان کے وہاں بڑے اور مہمان خصوصی تھے عبدالسلام جن نے پہلے سے اطلاع کر دی تھی لہٰذا وہاں سب حضرات یعنی محافظ جنات متوجہ اور چوکنے تھے جیل کیا ایک بہت بڑی پہاڑیوں کے درمیان میلوں پھیلی ہوئی وادی تھی جس کے اردگرد ایک طاقت ور حصار اور جنات کی طاقت ور فوج تھی۔

میں نے دیکھا کہ وہاں ایک نورانی فصیل تھی جو آسمان تک پہنچی ہوئی تھی اس کے اردگرد ایک جناتی مخلوق تھی جو مزید پہرہ دے رہی تھی ہر طرف ایسے جنات موجود تھے جو دن رات بس پہرہ دیتے ہیں ان کے پاس اس کے علاوہ کوئی کام نہیں۔ ایک پہاڑی غار جس کا دھانہ یعنی منہ بہت بڑا تھا کہ اونٹ اندر آسانی سے چلا جائے اس دھانے پر 17 ببر شیر بیٹھے تھے میں حیران ہوا تو عبدالرشید نے بتایا کہ یہ دراصل بڑے دیو ہیں جو اس شکل میں پہرہ دے رہے ہیں۔ جب ہم غار کے قریب پہنچے تو وہ شیر اپنی جگہ سے ہٹ گئے اور اپنی مخصوص آواز میں گرج دار انداز میں دھاڑنے لگے انہوں نے بتایا یہ دراصل ہم سب کا استقبال کر رہے ہیں ابھی ہم داخل ہو ہی رہے تھے کہ چمگادڑیں جو شاید 10 فٹ سے بھی زیادہ لمبی ہو خطرناک آوازوں کے ساتھ اوپر مسلسل اڑ رہی تھیں۔ انہوں نے یعنی عبدالرشید جن نے بتایا یہ بھی جنات کی ایک قسم ہے جو ہوائی محافظ ہوتے ہیں اور اوپر سے قیدیوں اور بدمعاش جنات پر نظر رکھتے ہیں وہ وہاں سے نکل نہ جائیں۔ کچھ اور آگے گئے تو معلوم ہوا سانپوں کے ڈھیر اور بعض جگہ صرف کالے رنگ کے بڑے اژدھے کی طرز کے سانپ تھے جو مسلسل ہر جگہ چکر لگا رہے تھے بتایا یہ بھی محافظ جنات ہیں ان کا کام صرف یہاں کے ان جنات کی خبر رکھنا ہے جو جادوگر ہوں اور جادو کی وجہ سے وہ یہاں سے نکل نہ جائیں یا پھر وہ یہاں کے محافظوں پر جادو کر دیتے ہیں۔ ان میں ہر سانپ خود بہت بڑا عامل ہے ان سب کو صحابی بابا نے ایسے طاقت ور قرآنی عملیات کروائے ہوئے ہیں کہ کوئی جن ان کی طاقت اور جادو تک پہنچ نہیں سکتا۔ کیونکہ جنات کے پاس آج سے 6 ہزار سال پہلے کا علم ہے۔ وہ اس علم کے مطابق وہ کچھ کر لیتے ہیں جو عامل کیا بلکہ کامل سے کامل کے بس کا روگ نہیں ابھی ہم یہ باتیں کر ہی رہے تھے تو ایک بڑا کالا سانپ اپنا پھن اٹھائے چلتا ہوا میرے پاس آیا، سلام کیا کہ میں مسلمان جن ہوں میری عمر بڑی ہے میں نے شاہ جہان بادشاہ کا دور دیکھا، جہانگیر کا دور دیکھا، رنجیت سنگھ کا دور تو کل کی بات ہے اس سے قبل میں نے لودھی خاندان کو دیکھا خاندان غلاماں کی بنیاد اور بربادی سب کچھ میرے سامنے ہے۔ میں نے اس سانپ جن سے سوال کیا آپ کا کیا خیال ہے کہ یہ لوگ برباد کیسے ہوتے ہیں۔ بے ساختہ کہنے لگے اس کی وجہ ظلم ہوتی ہے یہ لوگ دراصل ظالم ہوتے ہیں اور ظلم کی وجہ سے ان سب کا نشان تک ختم ہو جاتا ہے۔ **(جاری ہے)**

شوگر کا بہترین نسخہ

یہ نسخہ میں نے سنبھال کر رکھا ہوا تھا جو مجھے ایک ریٹائرڈ فوجی بزرگ پسرور کے رہنے والے نے دیا تھا۔ میں اس وقت بالکل نوعمر تھا مجھے نسخے لکھنے کا شوق تھا۔ ان بزرگ نے کئی لوگوں کو یہ نسخہ بتایا اور میں نے بھی کاپی میں محفوظ کر لیا۔ اب آپ کی خدمت میں ارسال کر رہا ہوں۔

ھوالشافی: نیم کے پتے آدھا کلو، گندم آدھا کلو دونوں اشیاء عصر کے وقت پانی میں بھگو دیں اگلے دن پانی کو آگ پر رکھ کر 2 ابالے دیں۔ پتے اور پانی نکال کر پھینک دیں، گندم کو خشک کر لیں اور آٹا بنالیں۔

اس آٹے میں بادام کی گری آدھا کلو باریک پیس کر آٹے میں ملا دیں۔ پھر آدھا کلو دیسی گھی بھی شامل کریں۔ ایک پاؤ دیسی شکر ملائیں اور آگ پر رکھ کر بھونیں جب پنجیری کی شکل بن جائے بس تیار ہے۔ عصر کی نماز کے بعد اپنی طبیعت کے مطابق 4 یا پانچ چمچ نیم گرم دودھ سے استعمال کریں۔ **(قاری محمد مظہر حسین)**

کپڑا بننا انسان کو "بیا" نے سکھایا

جہاں کہیں آپ کو درختوں پر وسط ایشیا کے فقیروں کی ٹوپیاں الٹی لٹکی ہوئی نظر آئیں' سمجھ لیجئے یہ بیے کے گھونسلے ہیں۔اپنی نوعیت اور بناوٹ کے لحاظ سے پرندوں کی دنیا میں ان کی مثال ملنی مشکل ہے۔یہ پرندہ عموماً گھنے جنگل پسند نہیں کرتا۔

اگست یا ستمبر کے مہینے میں گاؤں سے باہر کھیتوں میں نکل جائیں تو شیشم اور ببول کے اونچے درختوں اور گنے کے کھیتوں یا سرکنڈے کے جھنڈ میں کسی پرندے کی باریک اور مترنم آوازیں سنائی دیں گی۔یہ آوازیں اتنی میٹھی ہوتی ہیں کہ دل بے اختیار ان کی طرف کھنچا چلا جاتا ہے۔غور سے دیکھیں' تو کھیتوں اور درختوں کی ٹہنیوں پر چھوٹے چھوٹے پرندے اڑتے ہوئے نظر آتے ہیں...... جی ہاں' یہ دلکش آوازیں بیا کی ہیں جو اس وقت زورشور سے تعمیراتی کام میں مصروف ہے۔جسامت میں بیا گھروں میں رہنے والی عام چڑیا کے برابر ہوتا ہے لیکن اس کی نسبت نہایت ذہین اور خوش طبع ہے۔اپنے ذاتی فرائض ہوں یا بیگار کا کام' ہر جگہ خوش طبعی اور زندہ دلی کا مظاہرہ کرتا ہے۔

جہاں کہیں آپ کو درختوں پر وسط ایشیا کے فقیروں کی ٹوپیاں الٹی لٹکی ہوئی نظر آئیں' سمجھ لیجئے یہ بیے کے گھونسلے ہیں۔ اپنی نوعیت اور بناوٹ کے لحاظ سے پرندوں کی دنیا میں ان کی مثال ملنی مشکل ہے۔یہ پرندہ عموماً گھنے جنگل پسند نہیں کرتا۔معلوم ہوتا ہے انسانی آبادیوں سے اسے خاص مناسبت ہے' اسی لیے بستیوں کے آس پاس گھونسلے بناتا ہے۔بے حد محتاط اور عاقبت اندیش ہے۔دشمنوں کی یلغار سے بچنے کیلئے باقاعدہ پیش بندی کرتا ہے۔دشمن سے حفاظت کیلئے ایسی جگہ گھونسلا بناتا ہے جہاں بھڑوں کے چھتے یا زہریلی چیونٹیوں کے بل ہوں۔ان پیش بندیوں کی وجہ سے دشمن گھونسلے کے قریب نہیں جاسکتا البتہ حضرت انسان اس کی پیش بندیوں کی پروانہ کرتے ہوئے محض تفریح طبع کی خاطر گھونسلے اٹھا لیتا ہے۔

بیا گھونسلے بنانے کا کام درخت کی کسی لچکدار شاخ کا انتخاب کرنے کے بعد شروع کرتا ہے۔وہ گنے' دھان یا مونج کے پتوں سے باریک دھاگے بناتا اور شاخ سے لپیٹتا جاتا ہے۔دھاگے بنانے میں اسے خداداد مہارت حاصل ہے۔پتے کی جڑ کے پاس بیٹھ جاتا ہے اور اس کی اگلی نوک پکڑ کر اپنی طرف کھینچتا ہے' پتہ درمیان سے مڑ جاتا ہے' اب یہ ذہین جانور اسے پکڑ کر جھٹکا دیتا ہے۔ پتے کی لمبائی کے برابر باریک دھاگا تیار ہو جاتا ہے جسے گھونسلے کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

بیا دھاگوں کو رسی کی صورت میں شاخ کے گرد بڑی مضبوطی سے بن کر نیچے کی طرف لٹکا دیتا ہے۔مناسب مقدار میں دھاگے کا ذخیرہ ہو جائے تو دھاگے کے نچلے حصے کو بلب کی صورت میں موڑتا ہے۔گھونسلے کا قطر بالعموم اوپر سے چار انچ اور نیچے سے ساڑھے پانچ انچ ہوتا ہے۔اب اس بات کا تعین ہوتا ہے کہ انڈے دینے کا خانہ کہاں ہونا چاہیے' گھونسلے کے بیچوں بیچ ایک مضبوط اور لمبوتری دیوار بنائی جاتی ہے جو باہر نکلنے والے سوراخ اور انڈوں کی جگہ کے درمیان حد فاصل کا کام دیتی ہے۔اس وقت گھونسلے کی شکل الٹی لٹکی ہوئی ٹوکری سے مشابہ ہوتی ہے۔

نر بیا مادہ پرندہ کو اپنی طرف متوجہ کرتا ہے' لیکن مادہ اس وقت تک توجہ نہیں کرتی جب تک اس کا بنایا ہوا گھونسلہ نہ دیکھ لے۔جو گھونسلا اسے پسند آجائے' اس میں بسیرا کرتی ہے۔ اب نر اور مادہ مل کر باقی کام مکمل کرتے ہیں۔بڑی محنت سے دیواروں کو مضبوط' نرم اور ملائم بناتے ہیں۔نر باہر سے دھاگے اندر دھکیلتا ہے' مادہ اندر سے بنتی ہے۔کام کے دوران میں نر کے ذوق وشوق کا عجب عالم ہوتا ہے وہ لمبے مترنم سروں میں خوشی کے نغمے الاپتا ہے۔گھونسلے کی لمبائی ایک فٹ تک ہوتی ہے۔اسے اتنا مضبوط بنایا جاتا ہے کہ اسے سخت آندھیاں نقصان پہنچا سکتی نہ زوردار بارشوں کا پانی اندر جاسکتا ہے۔خود بیا گھونسلے میں اس احتیاط سے داخل ہوتا ہے کہ گھونسلا حرکت تک نہیں کرتا۔دو پروں کو سمیٹ کر ایک ہی جست میں اندر چلا جاتا ہے۔اس کے گھونسلے کی گانٹھ نہایت مضبوط ہوتی ہے اور اسے شاخ سے جدا کرنے کیلئے خاصا وقت لگتا ہے۔یہی وجہ ہے کہ آندھی یا طوفان میں گھونسلا دائیں بائیں ڈولتا ضرور ہے لیکن شاخ سے الگ نہیں ہوتا۔

نر بیا کی ایک عجیب عادت یہ ہے کہ ایک گھونسلا مکمل ہو جائے تو دوسرے کی تیاری میں مصروف ہو جاتا ہے۔وہاں بھی کوئی مادہ آکر گھر بسا لیتی ہے۔اس طرح بعض اوقات ایک نر بیا تین تین گھر آباد کر لیتا ہے۔

محمد ہارون' کراچی

ہمیشہ جیت کی امید کریں

ضروری کاموں کو بھولنے کی عادت ہر بات میں شک کرنا' وہمی پن' یہ سب خامیاں ہیں جو خدائی قوت میں اعتماد کے فقدان سے بڑھتی ہیں

برائی سے خوفزدہ ہونے یا مایوس ہونے کی ضرورت نہیں ایسی کوئی برائی نہیں جو مضبوط ارادے اور پورے عزم سے دور نہ کی جاسکتی ہو' ہر ایک انسان کے تن من میں ایک ایسی قوت ہے جو برائی سے لڑے تو کبھی اس سے شکست نہیں ہوسکتی' برائی کی تاریکی خدائی روشنی سے پل بھر میں بکھر جائے گی' بے دلی سے کام کرنا اور کامیابی کی امید کرنا باہم مخالف باتیں ہیں۔

ضروری کاموں کو بھولنے کی عادت ہر بات میں شک کرنا' وہمی پن' یہ سب خامیاں ہیں جو خدائی قوت میں اعتماد کے فقدان سے بڑھتی ہیں جس کام کی خواہش آپ کے دل میں ہے جس کام کا عزم آپ کا باطنی ضمیر کرتا ہے اس پر ضرورت سے زیادہ سوچ بچار نہ کریں تذبذب میں پڑنا کوئی خوبی نہیں بلکہ ایک ایسی برائی ہے جو سنہرے مستقبل کو تاریک بنا دیتی ہے' آئیڈیل ہی سب سے بڑا نشانہ ہے پھر بھی اگر آپ کسی شخص کو آئیڈیل صورت میں دیکھنا چاہتے ہیں تو کسی ایسے شخص کو اپنا آئیڈیل بنائیں جس کی قوت کارکردگی مضبوط ارادے اور خود اعتمادی کی سب تعریف کرتے ہوں اور وہ شخص آپ میں آگے بڑھنے کی امنگ پیدا کرسکتا ہے' کام کرتے ہوئے شروع میں غلطیاں ہونے کے امکانات ہیں مگر اس سے گھبرانے کی ضرورت نہیں' گھبرا کر پیچھے قدم رکھنا کاہلی ہے اپنے آپ سے یہ الفاظ کہیے "میں پیچھے نہیں ہٹوں گا" مگر الفاظ کہنا ہی مطلوب نہیں الفاظ کو عملی صورت دینے کیلئے ان کے پیچھے اپنی پوری قوت ارادی کو بھی دعوت دے دیں۔

ہمیشہ اپنی جیت کی امید کریں ہمیشہ اپنے دل میں اعتماد رکھیں آپ کے چہرے سے' آنکھوں سے' گفتگو سے' چال ڈھال سے جیت کی کرنیں پھوٹنی چاہئیں خود جیت حاصل کرکے دوسروں کو جیت حاصل کرنے کی ترغیب دیں' یاد رکھیں ایک انسان کی ترقی سے دوسرے انسان کو خودبخود فائدہ ہوتا ہے اپنے آپ سے بات چیت کرنا ترقی کے راستے پر آگے بڑھنا ہے' بات چیت میں وقت' ضرورت اور شخص کے مطابق فرق چاہیے ہی ہو مگر سچے دل سے کیے گئے عزم کو بار بار دہرائیں' ارادے سے قوتیں دگنی چوگنی بڑھ جاتی ہیں۔

اس ماہ کا دکھی خط

پلیز مجھے اس دلدل سے نکالیں

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کردیئے ہیں تاکہ رازداری رہے۔کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔وضاحت ضرور لکھیں

محترم! بلوغت سے لیکر موجودہ لمحے تک میری زندگی میں اندھیرا ہے جیسے کہ اب تک عرصہ حیات میں خوشیوں کا سورج طلوع نہ ہوا ہوان سب کی مختلف وجوہات ہیں جن میں کچھ یہ ہیں:۔

☆بچپن کی نادانیاں..........

☆ گھر کے سب افراد کا مجھے نظر انداز کرنے کے باعث شدید احساس محرومی میں چلا جانا۔

☆ آس پاس رشتہ دار اور دوستوں میں میرے لیے بغض و کینہ رکھنے کے سبب میرے اوپر سحر وجادو کرانا۔

☆میری قوت ارادیت کا کمزور ہونا۔

☆نظر اندازی اور بے روزگاری کی وجہ سے مالی طور پر کمزور ہونے کے باعث میں جوں کا توں رہ گیا اور دن بہ دن میرے اندرونی اور بیرونی مسائل الجھنیں مالی' ذہنی اور جسمانی کمزوریوں اور پریشانیوں میں بے حد اضافہ ہوگیا اور آج میں بے یارومددگار ہوں۔

قابل احترام! وہ دوست وہ رشتہ دار وہ گھر والے جن کی میں نے اپنی وسعت کے مطابق ہر مشکل گھڑی میں بدن کا خون تک دے کر مدد کی کیونکہ میں ان کو مشکل میں نہیں دیکھ سکتا تھا پر وہ بھی میرے رتی برابر بھی کام نہ آئے۔

میری طبیعت میں سادگی' رحمدلی' سچائی' اندھا یقین کرنا' باطل کو نہ ماننا اور منافقت کے آگے نہ جھکنا ہے۔شاید اسی سبب آج میں اپنی دھرتی سے بہت دور ہوں۔آج میں بے گھر ہوں اور اپنی اس زمین سے جہاں میں نے بچپن کے دن گزارے وہاں سے چوبیس گھنٹوں کے فاصلے پر ایک چھوٹی سی ملازمت کررہا ہوں جس سے میرا گزارا انتہائی مشکل سے ہورہا ہے۔

گزشتہ وقت کی جمع پونجی چمکدار اشتہارات پر اپنے علاج کیلئے خرچ کی جو کہ سونا دے کر مٹی خرید کرنے کے برابر ثابت ہوا۔

کچھ ماں کے علاج کیلئے خرچ ہوا لیکن اس کا بھی کوئی فائدہ نہ ہوا کچھ پیسے کسی واقف کار کو دیئے کوئی اچھا روزگار حاصل کرنے کیلئے لیکن اب تک نہ کوئی پیسے ملے نہ اچھا روزگار! کچھ جادو و سحر ختم کروانے کیلئے سنے سنائے لوگوں تک پہنچا وہاں خرچ کیا۔

لیکن جیسا میرا کل تھا ویسا ہی میرا آج ہے۔محترم! موجودہ حالات میں ہی میں نے تین مرتبہ خودکشی کی کوشش کی ہے لیکن ایک ماں جیسا مقدس رشتہ زبون اور بیمار حالت میں موجود ہے جس کا خیال آتا ہے کہ ان کا کیا ہوگا؟؟؟ نہ دین کا رہوں گا نہ دنیا کا۔لیکن زندگی میں بھی رہنا ذلت' خواری اور بے عزتی سے خالی نہیں سمجھتا۔اس کے علاوہ مسلسل ذہنی دباؤ میں رہنے' صبح سے رات تک لگاتار کام کرنے اور اچھی خوراک نہ ہونے کے باعث دماغی انفیکشن ہوگیا ہے' یادداشت ختم' دماغ کو چکر آنا' سر میں سخت درد' زیادہ کام کرنے سے اعضاء کا سن ہوجانا' آنکھوں سے پانی جاری ہوجانا' نظر کا ختم ہوجانا کبھی کبھار ایسا ہوجاتا ہے اچانک نظر بالکل ختم ہوجاتی ہے اور میری دنیا سیاہ ہوجاتی ہے اس وقت میں اپنے آپ کو بالکل بے بس اور لاچار سمجھتا ہوں اگر کوئی ہاتھ سے پکڑ کر سڑک پار کرواتا ہے تو میں اس کو بجائے انسان کے فرشتہ سمجھتا ہوں لیکن اس کا ساتھ فقط سڑک کے اس پار سے اس پار تک ہوتا ہے۔

اکیلے ہونے کے بعد زاروقطار رونا آجاتا ہے آگے زندگی تک کون میرا ساتھ دیگا محتاجی کی زندگی کیسے بسر ہوگی ابھی زندگی کے فقط ستائیس سال گزرے ہیں۔

کچھ دن پہلے افسر نے کہا کہ میں آپ کو میڈیکل انفٹ قرار دے کر نوکری سے فارغ کروادونگا آپ صحیح کام نہیں کرتے نہ آپ کا دماغ ساتھ دیتا ہے نہ آپ کو کچھ نظر آتا ہے آپ کا ہمیں کوئی فائدہ نہیں۔

وہ گھڑیاں میرے اوپر قیامت برپا کرنے والی گھڑیاں تھیں جن کا احساس میں لفظوں میں بیان نہیں کرسکتا کیونکہ یہ میرا واحد اور محدود ذریعہ معاش ہے۔

ڈاکٹروں کے پاس جاکر علاج کروانے کی وسعت نہیں اگر کوئی دوائی کھا بھی لیتا ہوں تو وہ اثر نہیں کرتی حالانکہ اسی دوائی سے دوسرا مریض صحت یاب ہوجاتا ہے۔

محترم حکیم صاحب! میں اس آزمائش کی گھڑی میں ہوں جس میں مدد کیلئے ہر پیر وفقیر' ہر طبیب ہر اس ذریعہ تک پہنچا ہوں جہاں قطرے کے چالیسویں حصے جتنی بھی امید نظر آتی ہے لیکن تعجب کی بات یہ ہے کہ انہی جگہوں سے ہزاروں لوگ فیض یاب وشفایاب ہوتے ہوئے میں اپنی آنکھوں سے دیکھتا ہوں اور ایسے ایسے مرض ومسائل جن کے بنسبت میرا مسئلہ بالکل بے حیثیت ہے اور نہ ہونے کے برابر ہے لیکن مجھے کوئی شفا نہیں مل رہی۔میرا کوئی بھی مسئلہ حل نہیں ہورہا۔ مانتا ہوں کہ میں گنہگار ہوں' اس کی رحمت اس کے پیاروں کے درباروں پر بارش کی طرح برس رہی ہے جو کہ پھول پر بھی برستی ہے اور کانٹے پر بھی! پانچ وقت کی نماز پڑھتا ہوں ہر دعا میں خودبخود آنسو آنکھوں سے نکل کر ہاتھوں میں آجاتے ہیں لیکن ان میں نہ زندگی کی خبر نہ موت کی بشارت ہوتی ہے۔

محترم حکیم صاحب! میں ایک ایسی دلدل میں دبا ہوا ہوں جس میں ایک تنکا بھی مجھے زندگی نظر آتا ہے اور اس کا سہارا لیتا ہوں لیکن بعد میں اپنے آپ کو اور نیچے دبتے ہوئے محسوس کرتا ہوں۔جانتا ہوں مایوسی گناہ ہے لیکن بہت دل برداشتہ ہوچکا ہوں۔

محترم حکیم صاحب! آپ سے ہاتھ جوڑ کر درخواست گزار ہوں کہ زندگی کے اس اندھیرے میں آپ مجھے بھی ایسا کوئی قرآنی وظیفہ دیں جس کے سہارے میں مجبوریوں' محرومیوں اور تکلیفوں سے نجات پاسکوں۔ہوسکتا ہے کہ رب کریم کی طرف سے میرے مرض ومسائل حل کرنے کا سبب آپ ہی ہوں کیونکہ وہ تو مسبب الاسباب ہے۔تاکہ میں بھی صحت مند' خوش وشاداب ہوجاؤں' برسر روزگار ہوجاؤں' اپنی ماں کی خدمت کرسکوں اور خداوند باری تعالیٰ مجھے توفیق دے کہ میں بھی اپنی دکھی انسانیت کی خدمت کرسکوں۔

محترم حکیم صاحب! ایک مسلمان ہونے کے ناطے پاک کتاب پر پختہ یقین رکھتا ہوں۔یقیناً اس میں حیوانیت و انسانیت کیلئے شفاء ہے۔کوئی ایسا عمل بتائیں جو زندگی میں میرے لیے اندھیروں میں سورج طلوع کرے اور اپنی حکمت ودانشمندی سے میرے لیے کوئی ایسا نسخہ تجویز فرمائیں جو زندگی میں زندہ ہونے کا احساس دوبارہ جنم لے۔روحانی محفل میں میرے لیے دعا فرمائیں۔

(قارئین الجھی زندگی کا سلگتا خط آپ نے پڑھا، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ اس دکھ کا مداوا کیا ہے؟)

مسافران آخرت

محمد کاشف نسیم کے والد محمد صدیق نسیم مسلم کالونی شاہدرہ لاہور انتقال فرماگئے۔

قارئین سے ان کے ایصال ثواب کی درخواست ہے۔

مسافران آخرت کا عنوان اس لیے ہوتا ہے کہ قارئین دعا اور ایصال ثواب کرتے رہا کریں۔

موٹاپا جسم میں گلٹیوں کو جنم دیتا ہے

یہ گلٹیاں ٹانگوں پر نمایاں طور پر دیکھی جاتی ہیں۔ان گلٹیوں کی وجہ سے تھکن طاری ہوتی ہے، نیند اڑ جاتی ہے، سر درد ہونے لگتا ہے، سوچیں منتشر ہو جاتی ہیں اور رویوں میں تلخی آنے لگتی ہے۔ماہرین طب کے مطابق ان گلٹیوں کی شروعات موٹاپے کی وجہ سے ہوتی ہیں

دوران حمل نزلہ زکام زچہ و بچہ کیلئے خطرناک ثابت ہوسکتا ہے

ماہرین تولید نے کہا ہے کہ دوران حمل خواتین کو سر چکرانے، جی متلانے اور قے کی علامت انہیں نزلہ زکام میں مبتلا ہونے سے خبردار کرنے کی بھی علامت ہے۔دوران حمل نزلہ زکام اکثر و بیشتر خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ یوئی ساؤتھ ویسٹرن میڈیکل سنٹر میں مکمل کی جانے والی اس تحقیق میں بتایا گیا کہ دوران حمل نزلے زکام کو معمولی سمجھ کر نظر انداز کرنا خطرناک عمل ہے۔ پروفیسر ڈاکٹر وزنیز اروجر کی اس تحقیق میں مزید بتایا گیا ہے کہ اس علامت کے متعلق فزیشن، گائنا کالوجسٹ اور مریضہ کو آگاہ رہنا چاہئے اور علاج معالجے میں ہرگز دیر نہیں کرنی چاہئے ورنہ زچہ و بچہ کی جان کو خطرات لاحق ہو جاتے ہیں۔انہوں نے کہا کہ اس تحقیق کی سفارشات کو عام کیے بغیر خطرات سے بچاؤ ممکن نہیں۔انہوں نے کہا کہ سر چکرانے، نزلہ زکام، جی متلانے اور قے آنے کی علامات کے اثرات پیدا ہونے والے بچے میں بھی منتقل ہوتیں ہیں۔ سال 2004ء سے 2009ء کے دوران حمل میں نزلہ زکام میں مبتلا ہونے والی خواتین کے بچوں کا جب چیک اپ کیا گیا تو ان بچوں میں یہ علامات دیکھی گئیں۔

پروٹین سے بھرپور غذا کھا کر ہضم کرنے والے بچے ہی مضبوط ہڈیوں کے مالک بنتے ہیں۔

ماہرین نے کہا ہے کہ جو بچے بچپن میں پیٹ بھر کر پروٹین پر مشتمل غذائیں کھاتے ہیں اور پھر کھیل کود کے بعد انہیں ہضم کرتے ہیں وہ بڑھاپے تک مضبوط ہڈیوں کے مالک بن جاتے ہیں۔ دودھ، انڈا، گوشت، پھل اور سبزیوں پر مشتمل خوراک بچوں کیلئے انتہائی فائدہ مند ثابت ہوسکتی ہے۔ یہ تحقیق ہڈیوں کی مضبوطی اور خوراک کے اثرات کو دیکھنے کیلئے کی گئی تھی۔جس میں 3 سے 5 سال کے 106 بچوں کو 12 سال کیلئے زیر مطالعہ رکھا گیا۔ان میں زیادہ متعدد بچوں کی کھانے پینے کی عادات مختلف تھیں جب یہ بچے 15 سے 17 سال کو پہنچے تو ان کی ہڈیوں کا آخری ٹیسٹ لیا گیا جس سے ثابت ہوا کہ بھرپور پروٹین کھا کر ہضم کرنے والے بچے زیادہ مضبوط جسم کے مالک تھے جبکہ دیگر بچے کمزور واقع ہوئے۔ ماہرین طب نے کہا ہے کہ کیلشیئم اور وٹامن ڈی کے ساتھ ساتھ پروٹین پر مشتمل غذاؤں کا بھی ہڈیوں کی مضبوطی میں نمایاں کردار ہے۔

موٹاپا جسم میں گلٹیوں کو جنم دیتا ہے

ناروے یونیورسٹی آف سائنس اینڈ ٹیکنالوجی کے سائنسدانوں نے موٹاپے اور ریشہ دار گلٹیوں کے خطرے کے درمیان تعلق دریافت کرلیا ہے۔ یہ گلٹیاں بعد ازاں سرطان کی شکل اختیار کر جاتی ہیں۔ آرتھرائٹس کینسر اینڈ ریسرچ جریدے میں شائع ہونے والی تحقیق کو امریکن کالج آف ریومیو ٹالوجی فائبر و مائیلیر گا نے درست قرار دیا۔ یہ گلٹیاں ٹانگوں پر نمایاں طور پر دیکھی جاتی ہیں۔ان گلٹیوں کی وجہ سے تھکن طاری ہوتی ہے، نیند اڑ جاتی ہے، سر درد ہونے لگتا ہے، سوچیں منتشر ہو جاتی ہیں اور رویوں میں تلخی آنے لگتی ہے۔ماہرین طب کے مطابق ان گلٹیوں کی شروعات موٹاپے کی وجہ سے ہوتی ہیں۔موٹاپے کی وجہ سے کیوں ہوتی ہیں اس بارے میں مزید تحقیق کی جانی چاہئے۔

رعشہ کی بیماری ''پارکنسن'' کی اہم علامت آواز میں تبدیلی بھی ہے

ماہرین طب نے کہا ہے کہ رعشہ کی بیماری ''پارکنسن'' کی اہم علامت آواز میں تبدیلی بھی ہے۔جن لوگوں کی آواز میں کسی نوعیت کی تبدیلی واقع ہونے لگے انہیں چاہئے کہ وہ فوری طوری اس بیماری سے متعلق چیک اپ کرائیں۔میڈیکل تحقیق کے مطابق یہ ایک نیورولوجیکل بیماری ہے جس کی تشخیص اکثر اس وقت ہوتی ہے جب بیماری مکمل طور پر عود آتی ہے مگر آواز کی تبدیلی کی علامت کی قبل از وقت تشخیص کی جاسکتی ہے۔امریکہ میں مکمل ہونے والی اس تحقیق میں بول چال کی آواز کی نوعیت کو ناپا گیا۔اس علامت سے معلوم ہوتا ہے کہ انسانی اعضاء میں اضمحلال پیدا ہو رہا ہے جس سے آواز کے توازن میں فرق آجاتا ہے۔اس آواز کو ناپنے کیلئے آج کل طبی ماہرین کمپیوٹر کی مدد سے نیا سافٹ ویئر تیار کر رہے ہیں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد سَلَامٌ قَوْلاً مِنْ رَّبٍ رَّحِيْمٍ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آپ کے رمضان کے رسالے میں مراقبے کا عمل دیکھا تھا اور میں اپنے شوہر کے رویے کی وجہ سے بہت زیادہ پریشان تھی۔ وہ مجھ اکیلی کو چھوڑ کر اپنے پہلے بیوی بچوں کو لے کر دو ماہ کیلئے دوبئی چلے گئے تھے اور میرے ساتھ رویہ بھی بہت برا تھا۔ میں نے یقین اور لگن کے ساتھ مراقبے کا عمل کرنا شروع کر دیا۔ حکیم صاحب اللہ تعالیٰ کی رحمت اور مراقبے کی برکت سے میرے شوہر عید الفطر سے پہلے ہی واپس آگئے اور رویہ بھی پہلے سے بہت بہتر تھا۔ میں نے مراقبے کا عمل پوری توجہ اور دل سے کیا تھا۔اب میں ہر ماہ مراقبہ کرتی ہوں اور دلی سکون پاتی ہوں۔ حکیم صاحب پہلے میری فجر کے وقت آنکھ نہیں کھلتی تھی لیکن جب سے مراقبہ شروع کیا ہے میری آنکھ خود بخود فجر کے وقت کھل جاتی ہے۔اس مراقبے کی برکت سے میں پانچ وقت کی نماز باقاعدگی سے پڑھتی ہوں۔

ڈاکٹر زریاب' اسلام آباد

پانی کے گھونٹ سے امراض کا خاتمہ

جارج واشنگٹن کا علاج کرنے والے طبیبوں نے اپنی حماقت سے اس کی زندگی کو اچانک اور قبل از وقت موت تک پہنچا دیا تھا۔ انہوں نے اپنے عام طریقہ کار کے تحت اس کے جسم سے سارا خون نکال لینے کے بعد بھی زبردست طبی غلط فہمی کے تحت ایک مرتبہ پھر خون نکالنے کا فیصلہ کیا۔

انگلینڈ میں پانی سے علاج کے اداروں راک سائیڈ اور میٹلاک کے بانی جان سمیڈلے کا کہنا ہے پانی سے علاج کا طریقہ اور قواعد کو عوام کے سامنے ایک ایسے بحالی فطرت صحت افزاء نظام کے طور پر پیش کیا گیا جو بیماریاں دور کرتا اور جسم کو نارمل حالت میں لاتا ہے۔ اس کے حامیوں نے جسم کو موزوں حالت پر لانے کی کوشش میں ادویات کے جبری یا خوفناک نظام کو رد کر دیا جس کے ساتھ کئی نسلوں تک انسانوں کو اذیتیں دی جاتی رہی ہیں۔

نیو یارک کے مشہور آبی معالج جے ڈبلیو ولسن کا کہنا ہے ایک سو پچیس سال پہلے طب کے پیشہ میں نشتر لگانا' جلاب دینا' قے کروانا اور علاج کے دیگر نقصان دہ طریقے بہت عام تھے۔ بالخصوص میں نشتر لگانا اس قدر عام تھا کہ اپنے وقت کے ممتاز ترین ڈاکٹر بھی اس غلط فہمی میں اپنے نشتر سے زندگی کی ندیاں بہا دیتے تھے کہ وہ مریضوں کا علاج کر رہے ہیں۔

جارج واشنگٹن کا علاج کرنے والے طبیبوں نے اپنی حماقت سے اس کی زندگی کو اچانک اور قبل از وقت موت تک پہنچا دیا تھا۔ انہوں نے اپنے عام طریقہ کار کے تحت اس کے جسم سے سارا خون نکال لینے کے بعد بھی زبردست طبی غلط فہمی کے تحت ایک مرتبہ پھر خون نکالنے کا فیصلہ کیا۔ نتیجتاً امریکہ کا پہلا عظیم صدر پانچ منٹ میں ہی موت کی نیند سو گیا۔ پانی کی طلب میں پکارتی ہوتی فطرت ہمیشہ کیلئے مردہ ہوگئی۔ جارج واشنگٹن کی آخری التجا تھی ''پانی'' پانی مجھے پانی دو!'' ایک عظیم اور انتہائی مفید زندگی کے خاتمے کی یہ کس قدر خوفناک اور سچی تصویر ہے۔ تاہم اسے موت کی وادی میں زبردستی دھکیل دینے والا جھوٹا طبی نظام اس دور میں ہر جگہ قابل تعظیم تھا۔ اسے سچی سائنس اور بیماریوں کے علاج کا واحد طریقہ سمجھا جاتا تھا۔

فطرت انسانی جس ڈگر پر چل رہی ہے اسے آسانی سے نہیں چھوڑ سکتی۔ عام لوگوں کو ذرا سی بیماری ہونے پر ڈاکٹر کی جانب بھاگنے اور زہریلی ادویات کے محلول پینے کی عادت پڑ چکی ہے اور ڈاکٹر کو بھی اس عادت کی وجہ سے خواہ مخواہ پیسے بٹورنے کی لت پڑ گئی۔ دور جہالت کے پادریوں کی طرح ڈاکٹر بھی لوگوں میں لاعلمی' بزدلی اور اندھی اعتقاد پرستی کو تقویت اور فروغ دیتے ہیں۔

آج ہم میڈیکل کے دور جہالت سے گزر رہے ہیں۔

ایک سو سال قبل واقعی عوام اپنا خون نچڑوانے کیلئے طبیب کی جانب بھاگتے تھے اب اگر وہ بیمار پڑ جائیں تو انہیں کچھ کھانے کیلئے ڈاکٹر یا ڈرگز کی طلب ہوتی ہے اور جب تک انہیں کوئی زہریلی خوراک پلائی نہ جائے مطمئن نہیں ہوتے۔ وہ اس اندھے یقین میں یہ دوا اندھا دھند اپنے اندر انڈیل لیتے ہیں کہ اس سے بیماری رفع ہو جائے گی۔

راقم الحروف کے پاس ایک غریب ترکھان علاج کیلئے آیا تو اسے بلاقیمت Natrum Mur کے کچھ قطرے دیئے گئے۔ 30 قطرے دن میں دو مرتبہ خالص پانی میں ملا کر پینے کیلئے۔ مریض نے دیکھا کہ بوتل میں موجود شے بے رنگ اور بے بو ہے تو کارک اتارا سے سونگھا اور پھر چکھنے کے بعد بولا ''تم پانی دیتے ہو اس لیے کوئی معاوضہ نہیں لیتے۔ ایک دفعہ پہلے بھی میں بیمار ہوا تھا تو فلاں فلاں ڈاکٹر کے پاس گیا اس نے چھ خوراکوں کے بارہ آنے لیے تھے لیکن دوائی بالکل اصلی دی۔ بوتل کھولنے سے پہلے ہی خوشبو اندر دوائی ہونے کا پتہ دیتی تھی۔ لیکن تم نے مجھے کوئی بے رنگ' بو اور حتیٰ کہ بے ذائقہ دوائی دے دی ہے۔ چاہے پیسے لے لیتے لیکن رنگ' بو اور ذائقے والی کوئی اصلی دوا تو دیتے۔'' تب اس نے میری کوئی بات سنے بغیر دوا پھینکی اور چلا گیا۔

دس سال بعد وہی مریض بڑے پراسرار انداز میں ایک روز میرے پاس بڑی معذرت کے ساتھ علاج کیلئے آیا اور اپنی لاعلمی کو تسلیم کیا اب بھی اسے وہی لیکن زیادہ طاقت والی دوا دی گئی۔ بہت مختصر وقت میں وہ بالکل ٹھیک ہوگیا۔ اس نے راقم الحروف کا شکریہ ادا کیا اور ایک مرتبہ پھر اسے سابق رویے پر معافی مانگی۔

مشرقی جرمنی کے شہر کیمنٹز سے تعلق رکھنے والے ڈاکٹر بی میسنر کا کہنا ہے طبی مکتبہ فکر کو چاہیے کہ وہ ایسے سادہ ترین علاجوں کو دریافت اور استعمال میں لانا اپنا مقصد بنائیں جو بیماریوں کو دور کرنے کیلئے مناسب ہیں۔ علاج میں ادویات کے استعمال یا آپریشن کرنے پر زور نہیں دینا چاہیے کیونکہ اس سے بہت زیادہ خون ضائع ہو جاتا ہے اب لوگوں کو ادویات اور زہروں سے علاج یا آپریشن کرانے کا کوئی خاص شوق نہیں رہا اب یہ صاف طور پر ثابت ہو چکا ہے کہ علاج کے کم خطرناک طریقے بھی موجود ہیں۔ یہ امر قطعی ہے کہ اب میڈیکل سکولوں میں آبی علاج کا طریقہ بھی پڑھایا جانا چاہیے کیونکہ اس کے اچھے اور حوصلہ مند نتائج ناقابل تردید ہیں۔ ہم میں سے ہر شخص کو چاہیے کہ وہ کسی بھی دوسرے ضروری کام کی طرح اس سے بھی واقفیت پیدا کرے۔

آبی علاج کا طریقہ فطرت کا خادم اور صحت کا وزیر ہے۔ اگر بری ہوا (تہذیب کی بدنصیبی) غیر خالص اور ناقابل ہضم کھانے' تھکا دینے والی محنت مشقت' عادتوں یا رجحانات نے نظام پر قدرتی اثرات مرتب کیے ہوں تو کامل صحت مندی حاصل کرنے کیلئے پانی سے علاج بہترین طریقہ ہے۔ نشتروں اور زہریلی ادویات سے لیس ڈاکٹر بھی بیماری کے ساتھ مل کر فطری کوششوں کے خلاف مصروف عمل ہیں۔

سورۂ مزمل سے جادو ختم

حکیم صاحب میری والدہ آپ کے پاس آئیں تھیں۔ ان کا مسئلہ تھا کہ انہیں چکر بہت زیادہ آتے تھے وہ لیٹ نہیں سکتی تھیں۔ آپ نے انہیں بتایا تھا کہ جادو ہے جو کسی عورت سے ان میں منتقل ہوا ہے۔ اس کے حل کیلئے آپ نے بتایا تھا کہ سورۃ مزمل 40 دفعہ پانی پر دم کر کے اس پانی سے آٹا گوندھ کر روٹی پکا کر سبز روشنائی سے روٹی پر بسم اللہ 66 بار لکھ کر دودھ سے کھانی ہے۔ صبح کے وقت 66 دن یہ عمل کرنا تھا۔ یہ سب کرنے سے امی بالکل ٹھیک ہیں اور دو سال سے بالکل ٹھیک ہیں۔ **(دختر بشیر بیگم)**

حیرت انگیز طلسماتی جلاب

ایک عدد ہلیلہ کابلی لے کر ایک عدد اندرائن میں شگاف دے کر اس کے اندر رکھ دیں جو ٹکڑا اندرائن کا نکلے اسے اوپر دے کر مٹی سے منہ بند کر دیں۔ 3 دن بعد ہلیلہ نکالیں اس طرح 40 عدد اندرائن میں رکھیں۔ سہل تیار ہے جو برسوں کام دے گا۔

طریقہ استعمال: جب کسی مریض کو اسہال لانا مقصود ہو مریض کے ہاتھ گرم پانی سے دھلا کر ہلیلہ اس کے ہاتھ میں دے دیں اور مٹھی کو پندرہ بیس منٹ بند کر کے بیٹھا رہے۔ اسہال جاری ہو جائیں گے اور جب بند کرنا ہو ہلیلہ کو لے لیں اور ٹھنڈے پانی سے ہاتھ دھولیں اسہال بند ہو جائینگے۔

(ایم صادق کاکڑ' ژوب بلوچستان)

گھریلو ایمرجنسی میں پریشان نہ ہوں

ڈاکٹر ہینری جے ہیم لیچ ایک ہسپتال سے متعلق تھے۔انہوں نے ٹی وی پر اپنی دریافت کردہ تکنیک کا مظاہرہ کیا کہ اگر کسی شخص کے حلق (غذا کی نالی) میں کوئی چیز پھنس جائے تو اس کا تدارک کس طرح کیا جائے کہ متاثرہ شخص کی موت واقع نہ ہو۔

سانس کی نالی میں نوالہ ہڈی یا اسی قسم کی کوئی چیز پھنس جانے کی وجہ سے ایک اندازے کے مطابق امریکہ میں روزانہ دس بارہ اموات واقع ہوجاتی ہیں۔

ایسے موقعوں پر مروجہ تدابیر (مثلاً پیٹھ ٹھونکنا یا پانی پلانا وغیرہ) کام نہیں آتیں۔بعض اوقات لوگ غلط فہمی میں اس حادثے کو دل کا دورہ سمجھ لیتے ہیں کیونکہ متاثرہ شخص بات کرنے یا سانس لینے سے قاصر ہوجاتا ہے اور بسا اوقات بے ہوش بھی ہوجاتا ہے۔ایسے موقعوں پر معالج کو فوراً طلب کرنا بہت ضروری ہے کیونکہ اس صورتحال میں متاثرہ شخص بہ مشکل چار یا پانچ منٹ زندہ رہ سکتا ہے۔

اس تکلیف دہ بلکہ جان لیوا حادثے میں متاثرہ شخص کی فوری مدد کا ایک آسان اور تیر بہدف طریقہ ڈاکٹر جے ہیم لیچ نے دریافت کیا ہے جو ذرا سی توجہ اور پریکٹس سے ہر شخص سیکھ سکتا ہے۔

اس تکنیک میں پھیپھڑوں پر اس طرح دباؤ ڈالا جاتا ہے کہ اس کے نتیجے میں ہوا منہ کے ذریعے خارج ہوتی ہوئی سانس کی نالی میں پھنسی ہوئی شے کو باہر نکال پھینکتی ہے اور متاثرہ شخص کی جان بچ جاتی ہے۔

ڈاکٹر ہینری جے ہیم لیچ ایک ہسپتال سے متعلق تھے۔انہوں نے ٹی وی پر اپنی دریافت کردہ تکنیک کا مظاہرہ کیا کہ اگر کسی شخص کے حلق (غذا کی نالی) میں کوئی چیز پھنس جائے تو اس کا تدارک کس طرح کیا جائے کہ متاثرہ شخص کی موت واقع نہ ہو۔

ڈاکٹر ہیم لیچ کے بتائے ہوئے طریقے پر عمل کرنے سے اب تک ہزاروں ایسے لوگوں کی جانیں بچالی گئیں جو بصورت دیگر اپنی لاعلمی یا نادانی کی وجہ سے ہلاک ہوچکے ہوتے۔ان کے بتائے ہوئے طریقے سے متاثرہ افراد کی مختلف حالتوں میں مدد اس طرح کی جاسکتی ہے کہ

(1) جب متاثرہ شخص بیٹھا ہو یا کھڑا ہو تو آپ اپنے دونوں ہاتھوں سے اس کی کمر کو گھیرے میں لے لیں۔پھر اپنے سیدھے ہاتھ کی مٹھی اس طرح بند کریں کہ آپ کا انگوٹھا آدھا کھلا ہو اور پسلیوں کے پنجرے سے نیچے ناف پر بیچ رہے۔اس کے بعد بائیں ہاتھ سے سیدھے ہاتھ کو گرفت میں لے لیں اور متاثرہ شخص کو مضبوط پکڑ کر اپنی طرف کھینچتے ہوئے اوپر کی طرف جھٹکا دیں اگر اس جھٹکے کے ساتھ حلق میں نوالہ بوٹی یا کوئی دوسری شے باہر نہ نکل پڑے تو اس عمل کو دوبارہ اس وقت تک دہرائیں جب تک وہ شے باہر نہ نکل آئے اور گلا صاف ہوجائے۔

(2)۔متاثرہ شخص کے حلق میں کوئی شے پھنسنے اور آکسیجن کی کمی کے باعث فرش پر بے ہوش پڑا ہوا ہو تو متاثرہ شخص کو چیت لٹا دیں اور آپ اس کی کمر کی ایک جانب بیٹھ کر جھکیں۔اپنی بند مٹھی والا (سیدھے ہاتھ کا) پنجہ اس کی پسلیوں کے پنجر کے ذرا نیچے رکھیں اور اپنا بایاں ہاتھ سیدھے ہاتھ پر رکھیں اور پھر دونوں ہاتھوں کی گرفت سے اوپر کی جانب دباؤ والا جھٹکا دیں۔دو تین بار اس عمل کے دہرانے سے حلق میں پھنسی ہوئی شے باہر نکل جائے گی۔

(3) آپ اکیلے ہیں اور حلق میں کچھ پھنسنے کی وجہ سے آپ کا دم گھٹ رہا ہو تو اس کے تدارک کیلئے مندرجہ ذیل طریقے آزمائیں: (ا) اپنے سیدھے ہاتھ کی مٹھی بند کرکے پسلیوں کے اختتامی کنارے پر انگوٹھا رکھ کر دوسرے ہاتھ سے زور لگا کر اندر کی طرف اوپر کی دھکا دیتے ہوئے جھٹکا دیں۔

(ب) اپنے پیٹ کو کرسی کی پشت یا میز کے گول کنارے سے زوردار دباؤ کے ساتھ جھٹکا دیں۔اس عمل سے پھیپھڑے پھیل کر ہوا تیزی سے باہر نکالیں گے جس سے حلق میں پھنسی ہوئی شے ضرور باہر نکل آئے گی۔

(4) جب متاثرہ فرد ایک سال کا بچہ ہو تو اوپر بتائے ہوئے طریقے تو عام مردوں عورتوں اور بچوں کے لیے یکساں کارآمد ہیں لیکن شیر خوار بچوں کے ساتھ خاص احتیاط لازم ہے۔سب سے پہلے شیر خوار بچے کو کسی سخت فرش، بستر یا تخت پر لٹا دیں یا اسے اپنی گود میں ایسے بٹھالیں کہ اس کی پیٹھ آپ کے سینے سے لگی ہوئی ہو پھر اپنے دونوں ہاتھوں کی دو بڑی انگلیوں (انگشت شہادت اور درمیانی انگلی) کو ایک دوسرے میں پھنسا لیں اور بچے کی پسلیوں کے نیچے ناف کے بالائی حصے پر رکھ کر فوراً ایک جھٹکے کے ساتھ اپنی طرف کھینچ کر اوپر کی طرف لے جائیں اگر پہلی بار پھنسی ہوئی چیز باہر نہ آئے تو دوبارہ یہی عمل کریں۔

متاثرہ شخص پانی میں ڈوبنے سے بے ہوش ہو تو اسے فرش پر چت لٹا دیں اور اس کی گردن کسی ایک رخ موڑ دیں پھر آپ اس طرح کھڑے ہوں کہ متاثرہ شخص کا جسم آپ کی دونوں ٹانگوں کے درمیان رہے۔اپنا ایک ہاتھ اس کے سینے اور پیٹ کی درمیانی جگہ ڈایا فرغما (ڈایا فرام) پر رکھیں اور دوسرے ہاتھ کی ہتھیلی اس پر رکھ کر زوردار دباؤ ڈالیں جس سے پھیپھڑوں میں بھرا ہوا پانی باہر نکلنا شروع ہوجائے گا بعد میں ضرورت پڑنے پر مصنوعی تنفس دیا جاسکتا ہے۔

ڈاکٹر ہیم لیچ متنبہ کرتے ہیں کہ متذکرہ بالا تمام کیفیتوں (حالات) میں آپ کے پاس متاثرہ شخص کی جان بچانے کیلئے بامشکل تمام 4 منٹ کا وقت ہوتا ہے ورنہ دماغ کو آکسیجن نہ ملنے کی صورت میں متاثرہ شخص مر سکتا ہے یا اس کا دماغ ماؤف ہوسکتا ہے۔

یہ بڑی خوشی کی بات ہے کہ حلق میں کوئی شے اٹک جانے کے واقعات یا اس کے تدارک کیلئے ماہرین کو بلانے کی ضرورت ذرا کم ہی ہوتی ہے لیکن جب بھی اور جہاں بھی ایسے واقعات رونما ہوتے ہیں اس کا مطلب ہوتا ہے موت یا زندگی!!!

اس لیے بلاشبہ اوپر بتائے طریقوں پر عمل کرنے سے کسی کی جان بچائی جاسکتی ہے۔آپ سے توقع ہے کہ آپ نے جو کچھ ابھی پڑھا ہے اس کو اپنے دوستوں تک بھی پہنچائیں گے کیونکہ اس قسم کے حادثے کسی کے بھی ساتھ پیش آسکتے ہیں۔ہمارے ساتھ بھی!

ع،م چوہدری

معاشی تنگی کا خاص الخاص درود شریف

اگر کسی کے گھر اولاد نہ ہوتی ہوتو اسے چاہیے کہ ہر جمعہ کے بعد 111 مرتبہ اس درود پاک کو مسجد میں بیٹھ کر پڑھے اور مقررہ تعداد مکمل ہونے پر سر سجدے میں رکھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور اولاد کی دعا مانگے انشاء اللہ دعا قبول ہوگی اور اولاد جیسی نعمت سے نوازا جائیگا۔

مخلوق میں ممتاز ہونے کیلئے

جو شخص یہ درود شریف ہمیشہ پڑھتا رہے گا وہ تمام مخلوق میں ممتاز ہوکر رہے گا انشاء اللہ۔ درود پاک یہ ہے۔ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ کَمَا یَنْبَغِیْ الصَّلٰوۃُ عَلَیْہِ.

حفظ وامان میں رہنے کیلئے

جو شخص ہر نماز کے بعد دس مرتبہ یہ درود شریف پڑھتا رہے گا وہ انشاء اللہ حفظ وامان میں رہے گا۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی نَبِیِّکَ الْبَشِیْرِ الدَّاعِیْ اِلَیْکَ بِاِذْنِکَ السِّرَاجِ الْمُنِیْرِ

تنگ دستی دور کرنے کیلئے

حضرت علامہ ابن جوزی رحمۃ اللہ علیہ ایک حدیث پاک نقل کرتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو تنگدستی کی حالت میں ہو وہ مجھ پر کثرت سے درود شریف پڑھے۔ اس کے ذریعے تنگ دست کا ٹھکانہ مکرم ہوجائیگا۔ **درود پاک یہ ہے:۔** اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ

درود ایک برکات ڈھیر

اگر کسی کے گھر اولاد نہ ہوتی ہوتو اسے چاہیے کہ ہر جمعہ کے بعد 111 مرتبہ اس درود پاک کو مسجد میں بیٹھ کر پڑھے اور مقررہ تعداد مکمل ہونے پر سر سجدے میں رکھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور اولاد کی دعا مانگے انشاء اللہ دعا قبول ہوگی اور اولاد جیسی نعمت سے نوازا جائے گا۔

اگر کسی کو رسول اکرم ﷺ کے روضۂ اطہر کی زیارت کا شوق ہو تو اس درود شریف کو سوتے وقت 313 مرتبہ پڑھنا چاہیے۔ انشاء اللہ وسائل پیدا ہوجائیں گے۔

حضرت امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ ''کتاب الاحیاء'' میں تحریر فرماتے ہیں کہ شب برأت کو روحیں آکر اپنے اپنے دروازے پر بامید فاتحہ کھڑی رہتی ہیں۔ اس لیے ارواح کو عبادت مالی اور بدنی کا ثواب بخشنا چاہیے اگر کوئی شخص یہ چاہے کہ اس کے والدین یا کسی اور فوت شدہ عزیز کو قبر میں راحت ملے تو اسے چاہیے کہ چالیس یوم تک اس درود پاک کو روزانہ پانچ سو مرتبہ پڑھ کر اسے ایصال ثواب کرے۔ انشاء اللہ اس کی قبر کو مثل جنت بنا دیا جائیگا۔ اور وہ عذاب قبر سے بالکل محفوظ ہوجائے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِہٖ عَدَدَ اَنْعَامِ اللّٰہِ وَ اَفْضَالِہٖ.

خیالات فاسدہ سے بچنے اور کشائش ذہن کیلئے

مطالع المرات میں ہے کہ مکروہات خیالات فاسدہ سے بچنے اور حصول لطافت کیلئے یہ درود مکرم بہتر ذریعہ ہے اور یہ درود شریف کثیر المنفعت و بالغ الاثر ہے۔ اگر کوئی شخص کسی بدمعاملہ شراب نوشی وغیرہ افعال مکروہ میں گرفتار ہو اور جان چھڑانے کی کوئی صورت نہ ہوتو وہ اس درود پاک کو روزانہ 121 مرتبہ باقاعدگی سے پڑھتا رہے تو بفضلہٖ تھوڑے ہی دنوں میں اس کی طبیعت ان افعال سے نفرت کرنے لگے گی اور اگر وہ خود نہیں پڑھ سکتا تو 41 مرتبہ پڑھ کر پانی دم کرکے یا شرینی پر دم کرکے اس کو کھلانا چاہیے اور لکھ کر اس کے گلے میں تعویذ ڈالے یا اپنے سامنے بٹھا کر سالک تصویر وخیال سے اس درود شریف کو پڑھے اور اس کا اثر بہ تصور وخیال مریض پر ڈالے۔ ہفتہ عشرہ میں انشاء اللہ وہ تائب ہوجائے گا اور ایسے ہی کشائش ذہن کے لیے تعویذ بنا کر دینا اور لکھ کر پلانا اکسیر کا حکم رکھتا ہے۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الطَّاھِرِ الْمُطَھَّرِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ.

صاحب مزار سے استفادہ حاصل کرنے کیلئے

کشف قبور کیلئے پابندی طہارت و وضو کامل کے ساتھ 313 یا 121 مرتبہ اس درود پاک کا ورد کرے۔ بہتر ہے کہ دو رکعت نماز نفل پڑھ کر ورد شروع کرے انشاء اللہ چند روز کے عمل سے مقصود حاصل ہوگا۔ اس کے علاوہ امراء میں عزت پانے اور تسخیر خلائق کیلئے بھی مؤثر ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَنَبِیِّکَ وَرَسُوْلِکَ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰل سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ

صرف تین خوراکوں سے شوگر کا مکمل خاتمہ

تحقیق: حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

ایک ملاقات میں اپنے محسن کے پاس بیٹھا تھا۔ طبی موضوعات پر گفتگو ہو رہی تھی۔ فرمانے لگے کہ مجھے ایک صاحب نے نسخہ بتایا ہے جو بظاہر تو عقل کو متوجہ نہیں کرتا لیکن اس کے نتائج بہت ہی زیادہ مؤثر اور حیرت انگیز ہیں۔ پہلے تو میں نے ان کی بات سنی ان سنی کردی پھر کچھ عرصے کے بعد ایک نہایت معتبر اور تحقیقی مزاج شخص نے سوفیصد اس نسخہ کو دہرایا اور اس کے ہوشربا رزلٹ کی نشاندہی کی تو میں چونک پڑا کہ بالکل یہی ترکیب پہلے بھی کسی نے بیان کی تھی میں نے توجہ نہ کی اب یہ شخص بھی وہی بات کررہا ہے۔ اس دوران ایک اور طبیب نے اسی ترکیب کی طرف توجہ دلائی تو میں اسے آزمانے کی طرف متوجہ ہوا۔ جب میں نے اس نسخے کو آزمایا اور سوفیصد اسی ترکیب کے ساتھ جس ترکیب کے مطابق مجھے صاحبِ نسخہ نے بتایا تھا تو واقعی اس کے نتائج مجھے ملنا شروع ہوئے۔ حتیٰ کہ جن مریضوں کی شوگر کسی بھی دوائی سے کنٹرول نہیں ہورہی تھی وہ کنٹرول ہوگئی یا پھر مکمل طور پر شوگر ختم ہوگئی۔

ترکیب: خالص دیسی انڈا لیں پہلے انڈے کو مکمل ابال کر اسکا چھلکا اتار کر ایک گہرا برتن لیں برتن میں ایک کلو نمک دیسی کان والا (آیوڈین یا مصنوعی سمندری نمک نہ ہو بلکہ عام دیسی نمک جو صدیوں سے مروج اور کھیوڑہ کی کانوں سے نکلتا ہے) لے کر انڈا اس میں دبا دیں آدھا نمک اوپر اتنا ہی نیچے اس پر تاریخ لکھ دیں پھر اس کے چوتھے دن تیسرا انڈا ترکیب سابق کی طرح نئے نمک میں دبا دیں ہر دفعہ نمک نیا اور ایک کلو ہو جب پہلے انڈے کو ٹھیک 15 دن گزر جائیں تو اسے نمک جو سخت ہو چکا ہوگا اور سفیدی ختم صرف زردی ہوگی، صبح نہار منہ زردی نکال کر ٹکڑے کرکے دودھ سے لیں پھر دوسرا راؤنڈ اسی طرح 3 دن کے بعد چوتھے دن صبح دودھ سے لیں۔ بس آپ ہر 3 دن کے بعد ایک ایک انڈہ دباتے جائیں جب ہر انڈے کو 15 دن گزر جائیں تو سولہویں دن انڈا کھالیں اسی طرح 3 انڈے یا پھر مسلسل 15 انڈے استعمال کریں۔ انڈا خالص دیسی ہو۔ تاریخ کی احتیاط بہت لازم ہو۔ تاریخ اوپر نیچے رکھنے میں کھانے میں نہ ہو ورنہ فوائد میں کمی آجائیگی۔ دورانِ علاج ڈاکٹری ادویات فوراً نہ چھوڑیں، اس سے بلڈ پریشر ہرگز ہائی نہ ہوگا۔ یہ نمک بعد میں قابلِ استعمال بھی ہے۔ **(اقتباس ''عبقری فائل 1)**

اگر آپ ایسے مزید لاجواب نسخہ جات اور گھر بیٹھے تمام آسان علاج چاہتے ہیں تو ''عبقری کی گزشتہ فائلوں'' کا مطالعہ کریں۔

توانا اسلام کی کشش' ایک واقعہ

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ' پھلت)

میں اس نظم اور ڈسپلن کو دیکھ کر حیران ہوا' معلوم کرنے پر بتایا گیا کہ یہ جماعت سے نماز پڑھ رہے ہیں اور ہر مسلمان کو پانچ وقت اسی طرح نماز پڑھنا ضروری ہے۔ میرا دل بہت متاثر ہوا میرے ذہن میں آیا کہ بھار ڈھونے والی اجہل قوم میں یہ ڈسپلن اور نظم جس مذہب نے پیدا کیا

گھر سے باہر نکلا تو دیکھا کہ ایک قیمتی گاڑی آکر رکی' اس میں سے ایک انگریزی پڑھے لکھے ادھیڑ عمر کے صاحب اترے۔ ملاقات کی' پانی وغیرہ پیش کرنے کے بعد تعارف ہوا تو معلوم ہوا کہ وہ دہلی کے رہنے والے ایک بہت پڑھے لکھے آدمی ہیں۔ دلی پبلک سکول کی ایک اہم شاخ کے پرنسپل ہیں اور علم کیمیا میں پی ایچ ڈی ہیں۔ ان کو دوسرے لوازمات کے علاوہ ایک لاکھ روپے سے زیادہ تنخواہ ملتی ہے۔ پھلت تشریف آوری کی غرض معلوم کی تو بتایا کہ وہ اسلام قبول کرنے کیلئے آئے ہیں۔ بڑی خوشی ہوئی۔ سعادت سمجھ کر زیادہ تفتیش و تحقیق کے بغیر جلدی کلمہ شہادت کے الفاظ اور ترجمہ کہلوایا اور پرانے نام سے مناسبت رکھتا ہوا نام محمد عمیص تجویز کر دیا۔ راقم سطور نے استفادے کیلئے سوال کیا کہ آپ کو اسلام کی دعوت کس نے دی ہے۔

انہوں نے بڑا عجیب جواب دیا۔ مجھے کسی انسان نے نہیں بلکہ اسلام نے خود دعوت دی ہے۔ تفصیل معلوم کرنے پر انہوں نے بتایا کہ میں ایک سال قبل ایک روز احمد آباد میل سے دہلی واپس آیا ٹرین چند گھنٹے تاخیر سے پہنچی میں نے دیکھا کہ اسٹیشن پر بہت سے قلی ایک طرف جا رہے ہیں مجھے مزدوروں کے حقوق سے ہمیشہ ہمدردی رہی ہے۔ خیال آیا کہ شاید کوئی ہڑتال ہو رہی ہے شاید میں کچھ ان کی مدد کرسکوں سامنے دیکھا کہ وہ ایک جگہ سے خالی لوٹے اٹھا کر چلے' پانی بھر کر وہ ہاتھ منہ دھونے لگے۔ دو بجے دوپہر کے وقت ابھی ہاتھ منہ دھونے کی کیا ضرورت پیش آئی؟ میں سوچتا رہا۔ میں نے دیکھا کہ سبھی قلی بہت سلیقے سے ہاتھ پاؤں دھو رہے ہیں اور خوب رگڑ رگڑ کر انگلیوں کے بیچ سے بھی صفائی کر رہے ہیں۔

میں حیرت میں تھا کہ ایک متعین جگہ انہوں نے چٹائیاں بچھائیں۔ ایک چھوٹی چٹائی آگے بچھائی اور ایک قلی آگے کھڑا ہوگیا اور باقی سب لائنوں میں بہت سلیقے سے کھڑے ہوگئے اور بہت باریکی سے اپنی لائنوں کو سیدھا کیا۔ آگے والے قلی نے اللہ اکبر کہا اور ہاتھ باندھ لیے۔ سب لوگوں نے ساتھ ساتھ ہاتھ باندھ لیے۔ اس نے تھوڑی دیر میں اللہ اکبر کہا اور جھک گیا فوراً سارے قلی جھک گئے' پھر کھڑے ہوئے اور انتہائی تربیت یافتہ فوجیوں کی طرح دیر تک کھڑے ہوتے رہے اور جھکتے رہے اور زمین پر سجدہ میں گرتے رہے۔

میں اس نظم اور ڈسپلن کو دیکھ کر حیران ہوا' معلوم کرنے پر بتایا گیا کہ یہ جماعت سے نماز پڑھ رہے ہیں اور ہر مسلمان کو پانچ وقت اسی طرح نماز پڑھنا ضروری ہے۔ میرا دل بہت متاثر ہوا میرے ذہن میں آیا کہ بھار ڈھونے والی اجہل قوم میں یہ ڈسپلن اور نظم جس مذہب نے پیدا کیا مجھے اسے پڑھنا چاہیے میں اردو بازار گیا اور انگریزی اور ہندی میں اسلام کے سلسلے میں جو کتاب مجھے ملی لے آیا اور مطالعہ شروع کیا یہ کتابیں پڑھنے کے بعد میں اسلام سے بہت متاثر ہوا مجھے اسلام کو سمجھنے کیلئے قرآن شریف پڑھنے کا تقاضا ہوا قرآن شریف نے میرے دل و دماغ کے دروازے کھول دیئے اور میں نے فیصلہ کیا کہ نجات کیلئے مجھے اسلام قبول کرنا ہے میں بہت سے لوگوں سے ملا مگر ایک پڑھا لکھا انسان سمجھ کر اور ملک کے ایک بڑے بی جے پی لیڈر کا قریبی عزیز ہونے کی وجہ سے لوگ مجھے ایک دوسرے کے پاس بھیجتے رہے چھ ماہ سے میں ادھر ادھر پھر رہا ہوں پرسوں دہلی میں ایک مولانا صاحب نے بتایا کہ آپ پھلت چلے جائیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ آج میں ٹھیک جگہ آگیا وہ اسلام قبول کرکے چلے گئے اور اب عزیزوں کی بڑھتی ہوئی مخالفت کی وجہ سے ملازمت چھوڑ کر خلیج میں چلے گئے ہیں۔

راقم سطور آج تک سوچ رہا ہے کہ اسلام کے ہر حکم اور اس کی ہر چیز میں انسانی فطرت کیلئے کس قدر کشش ہے اسلام کے خلاف پوری دنیا کی باطل طاقتوں کی منظم زہر افشانی کے باوجود بھی اسلام لوگوں کیلئے حد درجہ پرکشش ہے ہم غفلت اور ناقدری کی وجہ سے خود قرآنی مسلمان نہیں بن سکتے تو کم از کم قرآنی اسلام کا لوگوں کو صحیح تعارف ہی کرا سکتے تو یقیناً عقل سلیم رکھنے والے ہر صاحب علم کو اس کو قبول کرنے کیلئے مجبور ہونا پڑیگا۔

خواتین کی پیچیدہ بیماری

ایک حصہ روزانہ تیل تل میں ملا کر مرہم تیار کریں اور لیپ کریں اوپر کپڑا باندھ دیں انشاء اللہ ضرور شفا ہوگی

حب جوڑ درد

ہنگ 2 تولہ، مرچ سیاہ 2 تولہ، تھوم 2 تولہ مرچ سیاہ کو باریک کر کے ہنگ کے ساتھ دوبارہ کوٹیں۔ بعدازاں تھوم کی پھلی ایک ایک کرکے ڈالتے جائیں اور کھرل کرتے جائیں بعد میں گولیاں بنالیں۔ **خوراک:** دو گولی صبح و شام ہمراہ پانی لیں۔

خارشی تیل: گندھک آملہ سار 3 تولہ، نیلا تھوتھا 1 تولہ کمیلا 1 تولہ، تیل اسوں 1 پاؤ۔ خشک دواؤں کو باریک پیس کر تیل میں ملالیں اور جسم پر مالش کریں۔ انشاء اللہ شفا ہوگی۔

مرہم خصیتین: کیسو پھل 125 گرام، لیداونٹ 5 تولہ، گوند اشک 1 تولہ، اقلیل الملک 1 تولہ سب کو مکس کرلیں اب اس کے تین حصے کریں ایک حصہ روزانہ ہمزون تیل تل میں ملا کر مرہم تیار کر کے لیپ کریں اوپر کپڑا باندھ دیں۔ **(صفحہ نمبر 207)**

نسخہ برائے لیکوریا: سنگجراہت 5 تولہ، پھٹکڑی سفید 5 تولہ، سندور 5 تولہ، ڈولی 1 عدد۔ سنگجراہت اور پھٹکڑی کا سفوف بنالیں پھر ڈولی میں پہلے آدھی پھٹکڑی پھر آدھا سنگجرا پھر تمام سندور پھر اسی طرح سندور پر بقیہ سنگجرا اور بعد میں بقیہ پھٹکڑی ڈال دیں اب گل حکمت کر کے 10 کلو اوپلوں کی آگ دیدیں۔ سرد ہونے پر نکال لیں کشتہ تیار ہے۔ خوراک: دو کیپسول صبح و شام ہمراہ دودھ لیں۔ **(صفحہ نمبر 202)**

بحوالہ "مجھے شفاء کیسے ملی" لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں' لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

(بقیہ: پسند کی شادی ناکام کیوں؟؟)

سمجھوتہ زیادہ سے زیادہ ایک دو ہفتے ہی چلتا ہے اور لڑائی کا کوئی نیا پہلو نکل آتا ہے اور بیچاری سمجھوتہ کرنے والی لڑکی کا ضبط بھی جواب دے جاتا ہے اور روز کی گھریلو ناچاقی سے نہ صرف پورے گھر کا ماحول ٹینشن کا شکار رہتا ہے بلکہ اکثر حالات میں بات بڑھتے بڑھتے علیحدگی تک پہنچ جاتی ہے۔ اگر لڑکی مجبوراً ایسا کرتی ہے تو اکثر والدین اسے یہی سمجھاتے ہیں کہ وہ اپنا گھر خراب نہ کرے اور جس طرح ممکن ہو گزارا کرے جبکہ ایسی صورتحال میں مرد بھی کسی حد تک قصوروار ہوتا ہے کیونکہ اسے سمجھ نہیں آتی کہ بیوی اور ماں میں سے کون صحیح ہے اور کون غلط جب ماں کی سنتا ہے تو اسے بیوی غلط لگتی ہے اور بیوی کی باتیں سنتا ہے تو اسے ماں غلط لگتی ہے اور قوت فیصلہ کی کمی ہوجاتی ہے۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

58

ماہنامہ عبقری لاہور

اپریل 2011ء بمطابق جمادی الاولیٰ 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- سورۂ بقرہ سے چٹ منگنی پٹ بیاہ
- ڈیپریشن سے نجات کے آزمودہ طریقے
- جمادی الاولیٰ کے مقبول وظائف
- پھلوں اور سبزیوں کے جوس معالج ہیں
- پاؤں کی دیکھ بھال اور آپ کی صحت
- مردوں کی جوانی سدابہار کیسے رہے؟
- واقعی جانوروں کی دعا بددعا لگتی ہے
- آواز کے نکھار کیلئے مفید جڑی بوٹی
- شوگر، بلڈ پریشر اور یرقان کیلئے نہایت مفید نسخہ
- سانس کے ذریعے موٹاپے سے نجات
- مایوس یہ درود شریف ضرور پڑھیں!
- کیا میرا گھر جادو نے برباد کیا؟

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا شیڈول

راولپنڈی/اسلام آباد
10-9 اپریل 2011ء
رابطہ نمبر: 051-5539815 0334-9577433

ملتان
17-16 اپریل 2011ء
رابطہ نمبر: 061-4514929

گلگت
25 جون 2011ء
رابطہ نمبر: 0323-7007438

گجرات
22 مئی بروز اتوار
رابطہ نمبر: 0323-7007438

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ۞ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 10 جلد نمبر 5 اپریل 2011ء بمطابق جمادی اولیٰ 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

لاہور اپریل 2011ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے — اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

عبقری اور حکیم صاحب سے فوری رابطہ کیلئے

الحمدللہ! دفتر ہذا میں عوام کی سہولت کیلئے آٹومیٹک ٹیلیفون ایکسچینج لگا دی گئی ہے۔ ٹیلیفون نمبر ملانے کے بعد متعلقہ ایکسٹینشن نمبر ڈائل کریں۔ ایکسٹینشن نمبرز کی ترتیب یہ ہے:-

1۔ تمام ایجنسی ہولڈرز اپنے معاملات کیلئے ایکسٹینشن نمبر 12 ڈائل کریں۔

2۔ حکیم صاحب سے ملاقات کا وقت حاصل کرنے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 13 ڈائل کریں۔

3۔ اپنا آرڈر بک کروانے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 15 ڈائل کریں۔

4۔ اپنے آرڈر سے متعلقہ شکایات کے سلسلے میں ایکسٹینشن نمبر 16 ڈائل کریں۔

5۔ مطلوبہ ایکسٹینشن مصروف ہونے کی صورت میں آپریٹر کا انتظار کریں۔

ٹیلی فون نمبرز: 042-37552384,37597605,37586453

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنئیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ از راہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر ہمیں بلٹی کرائیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

خط و کتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" "مرکز روحانیت وامن" 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

محمد طارق محمود ناشر نے اظہار سنز پرنٹرز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

توبہ سے گناہ معاف ہوجاتے ہیں

حضرت فضالہ بن عبید رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک دن رسول اللہ ﷺ تشریف فرما تھے کہ ایک شخص مسجد میں داخل ہوئے اور نماز پڑھی۔ پھر یہ دعا مانگی ترجمہ: ’’اے اللہ میری مغفرت فرمائیے‘ مجھ پر رحم فرمائیے‘‘ رسول اللہ ﷺ نے نمازی سے ارشاد فرمایا ’’تم نے دعا مانگنے میں جلدی کی‘ جب تم نماز پڑھ کر بیٹھو تو پہلے اللہ تعالیٰ کی شایان شان تعریف کرو اور مجھ پر درود بھیجو پھر دعا مانگو۔

حضرت فضالہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں پھر ایک اور صاحب نے نماز پڑھی انہوں نے اللہ تعالیٰ کی تعریف بیان کی اور نبی کریم ﷺ پر درود بھیجا۔ آپ ﷺ نے ان صاحب سے ارشاد فرمایا: ’’اب تم دعا کرو قبول ہوگی۔‘‘ (ترمذی)

حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جس شخص سے کوئی گناہ ہوجائے پھر وہ اچھی طرح وضو کرے اور اٹھ کر دو رکعت پڑھے پھر اللہ تعالیٰ سے معافی مانگے تو اللہ تعالیٰ اسے معاف فرمادیتے ہیں۔ اس کے بعد آپ ﷺ نے یہ آیت تلاوت فرمائی۔ ترجمہ: ’’اور وہ بندے (جن کا حال یہ ہے) کہ جب ان سے کوئی گناہ ہوجاتا ہے یا کوئی برا کام کرکے وہ اپنے اوپر ظلم کر بیٹھتے ہیں تو جلد ہی انہیں اللہ تعالیٰ یاد آجاتے ہیں پھر وہ اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی کے طالب ہوتے ہیں اور بات بھی یہ ہے کہ سوائے اللہ تعالیٰ کے کون گناہوں کو معاف کرسکتا ہے؟ اور برے کام پر وہ اڑتے نہیں اور وہ یقین رکھتے ہیں (کہ توبہ سے گناہ معاف ہوجاتے ہیں۔) **(ابوداؤد)**

جو میں نے دیکھا‘ سنا اور سوچا

ایڈیٹر کے قلم سے

کچھ تجربات کچھ مشاہدات

عبقری کے گزشتہ رسائل میں سبحان اللہ خان کا عمل یعنی اول و آخر 3 بار درود شریف ایک بار سورۃ فاتحہ اور تین بار سورۃ اخلاص پڑھیں۔ اس عمل پر بندہ نے ایک پورا مضمون تحریر کیا پھر اس کے بعد بے شمار لوگوں نے اس کے تجربات کیے‘ جس نے بھی کسی بھی مقصد کیلئے دن میں کئی بار مسلسل یہ عمل کیا اس کا مقصد جلدی یا کچھ دیر میں ضرور بالضرور ملا ہے۔ آج تک کوئی شخص نامراد نہیں رہا۔ ناممکن ممکن ہوا۔ عمل مختصر لیکن اس کا نفع پہاڑوں سے بھی زیادہ ہے۔ اس طرح انمول خزانہ کے تجربات بھی خوب ملے۔ مدینہ منورہ کی ایک نومسلم صالح اور خوب اللہ تعالیٰ سے تعلق رکھنے والی بہن کا فون آیا کہ میں اپنے وطن انڈیا گئی تو 5 صوبوں میں انمول خزانہ پھیلایا۔ صوبہ دہلی‘ صوبہ حیدرآباد‘ صوبہ راجھستان وغیرہ اور وہاں یہ وظیفہ خوب چھپوا کر لوگوں میں دیا جارہا ہے اور مخلوق خدا کو نفع ہورہا ہے۔ ایک صاحب کہنے لگے کہ انمول خزانہ سے میرا وہ مسئلہ حل ہوا کہ ساری دنیا مجھے کہتی تھی کہ میرا مسئلہ کوئی حل نہ کرسکے گا اور دنیا کا کوئی آدمی اس نامراد شخص سے مسئلہ حل نہیں کرا سکتا۔ بس میں نے دن رات انمول خزانہ پڑھا اور اسی انمول خزانے کو وسیلہ بنا کر اللہ تعالیٰ سے دعا کرتا رہا۔ ناممکن ایسے ممکن ہوا کہ وہی شخص خود چل کر آیا اور اس نے کام کردیا۔ کتاب کلونجی کے کرشمات میں کلونجی کا قہوہ ایسے ایسے امراض میں مفید ثابت ہوا ہے کہ عقل انسانی خود حیران ہوتی ہے‘ کبھی نہ اترنے والے بخار کیلئے‘ جوڑوں کے درد‘ دل کے بند والو ہونے کیلئے‘ جسم کے اکڑاؤ اور کمزوری کیلئے‘ اعصابی کھچاؤ اور جسمانی فٹنس کیلئے مسلسل تجربات آرہے ہیں۔ اگر بخار اور جسم میں درد ہو تو درود شریف 3 بار‘ سورۃ فاتحہ‘ آیت الکرسی اور چاروں قل تین، تین بار پڑھ کر مستقل ہر نماز کے بعد دم کریں لاعلاج امراض تک کو فائدہ ہوتا ہے مکمل شفایابی تک یہ عمل کریں۔ نظر بد کسی کو بار بار لگ جاتی ہو اور کسی عمل سے اترتی نہ ہو تو سورۃ مجادلہ 11 بار عصر کی نماز کے بعد خود یا دوسرا پڑھ کر پلائے۔ 40 دن سے بھی کم عرصے میں نظر ہمیشہ کیلئے اتر جاتی ہے۔ سفر میں یا گھر میں بخار آجائے تو اذان 7 بار‘ اقامت 7 بار پڑھ کر دم کریں‘ بخار اتر جائے گا۔ قارئین! ان تجربات کو کرنے کے بعد ان کے نتائج سے ضرور آگاہ کریں۔ آپ کا صدقہ جاریہ ہوگا۔

درسِ روحانیت و امن

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

دل کا معاملہ ہے

اللہ جل شانہٗ کا ایک نظام ہے کہ ایمان اس کو ملتا ہے جس کے اندر طلب ہوتی ہے حضرت نوحؑ کا بیٹا تھا وہ ایمان والا نہیں تھا اللہ جل شانہٗ نے قرآن میں فرمایا اے میرے نبیؐ! وہ آپؐ کی اہل میں سے نہیں ہے ہاں!! کبھی اس خیال میں نہ رہئے گا۔ حضرت لوطؑ کی بیوی' حضرت ابراہیمؑ کا باپ نافرمانوں میں سے تھے۔ رسول پاک ﷺ کے خاندان بنو ہاشم میں سے بھی چند لوگ مسلمان ہوئے ہیں۔ ارے! ابولہب کی تو وہ محبت بھی نہ بھولیں کہ جب لونڈی دوڑتی ہوئی آئی اور کہا آپ کے بھائی کے ہاں بیٹا ہوا ہے تو اتنا خوش ہوا کہ میرے مرحوم بھائی کا نام زندہ ہو گیا ہے کہا لونڈی جا تو آزاد ہے کیا ابولہب کی یہ محبت کام آئے گی؟ قرآن کہتا ہے تبت یدا ابی لھب ابولہب برباد ہو گیا' اس کی بیوی برباد ہو گئی کیوں؟ اس لیے کہ ایمان نہیں لایا تھا...... ایمان اتنی قیمتی چیز ہے...... ایمان کا بنانا اتنا ضروری ہے...... ایمان کا پانا اتنا ضروری ہے...... ایمان کے لئے کوشش کرنا اتنا ضروری ہے' ایمان پر کتنی کوشش کتنی محنت کی......؟ ایمان کے لئے کتنا وقت لگایا......؟ کتنی جان لگائی......؟ کتنا اللہ سے مانگا......؟ کتنا گڑگڑائے اور پھر ہمیں اس کا کتنا فکر دامن گیر ہوا......؟ آپ یقین جانئے! جان کیلئے میٹھا چھوڑا لیکن ایمان کیلئے گناہ نہ چھوڑا۔ شوگر ہے' کولیسٹرول ہے' یوریا بڑھ گیا ہے...... میں فلاں چیز نہیں کھاتا...... ہنس کے کہتا ہے اب تو سال ہا سال ہو گئے چکھ کے نہیں دیکھا...... کس لئے؟ جان کے لئے۔

ایسے بھولے کہ بھولنا ہی بھول گئے کہ یہ پرہیز کیوں کیا؟

کہنے لگے کہ میں سخت تختے پر سوتا ہوں اس لیے کہ میرا ڈسک کا مسئلہ ہے' احتیاط کرتا ہوں...... میرا فلاں مسئلہ ہے' میں یہ احتیاط کرتا ہوں۔ میں صبح سیر کیلئے جاتا ہوں وہاں کئی لوگوں کو دیکھتا ہوں کوئی الٹا ہو رہا' کوئی سیدھا ہو رہا' سارا نظام جان بنانے کیلئے چل رہا ہے۔ کہتے ہیں رسک نہ لینا' معاملہ دل کا ہے فوراً بائی پاس' انجیو پلاسٹی کرواؤ۔ میں آپ کو دل سے کہہ رہا ہوں' رسک نہ لینا' معاملہ ایمان کا ہے جو کہ دل میں ہوتا ہے۔ خیال کرنا رسک نہ لینا۔ میرے آقا سرورِ کونین ﷺ نے فرمایا کہ جسم میں ایک لوتھڑا ہے مفہوم ہے اگر وہ ٹھیک ہو جائے تو سارا جسم ٹھیک ہوتا ہے اگر وہ خراب ہو جائے تو سارا جسم خراب ہوتا ہے پوچھا یا رسول اللہ ﷺ! وہ کیا ہے؟ فرمایا خبردار! وہ دل ہے...... وہ دل ہے...... وہ دل ہے...... معاملہ دل کا ہے۔ رسک نہ لینا۔

ایمان کے بقدر موت کی نرمی و سختی

یاد رکھنا! ایمان کے بقدر موت کی نرمی اور سختی آئے گی ایمان کے بقدر موت کے فرشتے بن سنور کر ورنہ خطرناک شکل میں آئیں گے۔ موت کے فرشتے بھی ایمان کے بقدر اپنی شکلیں بدلتے ہیں۔ میں آپ کو حقیقت کہہ رہا ہوں۔ (میری ایک دودھ شریک بہن فوت ہو گئی تھی) جب میں حج سے واپس آیا تو گھر جانے سے پہلے والدین اور بہن کی تربت پر گیا۔ اگلے دن میری ہمشیرہ مجھ سے کہنے لگیں تم بہن کی تربت پر گئے تھے؟ تو میں نے کہا ہاں! میں گیا تھا...... کہنے لگیں وہ میرے خواب میں آئی تھی کہنے لگی اللہ نے میری بخشش کی تھی لیکن ایک معاملے میں میں پکڑی ہوئی تھی کہ میں نے آج تک اپنے آپ کو کسی کے سامنے جھکایا نہیں تھا' میں اپنا سر اونچا رکھتی تھی۔ طارق نے حج سے آ کر دعا کی تو میری بخشش ہو گئی۔ بھئی! مجھ پر فتویٰ نہ لگا دینا' میں تو آپ کو کسی کی بات عرض کر رہا ہوں مجھے تو اپنا پتہ نہیں ہے۔ میں نے کہا ہاں! میں گیا تھا اور اللہ سے دعا کی تھی کہ الٰہی اس کو معاف کر دے۔ تیرے حبیب ﷺ نے فرمایا ہے کہ حاجی کی دعا قبول ہوتی ہے اللہ! میرا وہ حج تو نہیں ہے لیکن تیرے حبیب ﷺ کا فرمان سچا ہے پہلے اپنے والدین کی تربت پر گیا تھا پھر اس کی تربت پر گیا۔ قبر میں معاملہ ایمان کے بقدر ہو گا آپ کو میں دل کی گہرائیوں سے عرض کر رہا ہوں اور فرشتے بھی ایمان کے بقدر اپنی شکلیں سنوار کے یا بگاڑ کے آئیں گے اور اس ایمان کے بنانے میں جو چیز رکاوٹ بنتی ہے وہ یہی بنتی ہے جو میں نے عرض کیا ہے یعنی جھکنا۔

ایمان کی بربادی دو چیزوں سے

ایک دفعہ پہلے بھی میں نے عرض کیا تھا حضرت حاجی امداد اللہ مہاجر مکیؒ شیخ العرب والعجم رحمۃ اللہ علیہ بہت بڑے بزرگ تھے' بڑے صاحب کمال درویش تھے۔ وہ فرماتے تھے آدمی ہمیشہ جب بھی ایمان سے دور ہوا' اعمال سے دور ہوا' اللہ جل شانہٗ کی محبت سے دور ہوا ہے اور گرا ہے تو دو چیزوں کی وجہ سے...... باہ اور جاہ ...... ایک خواہشات نفسانی کی وجہ سے اور دوسرا حب جاہ یعنی اپنی انا' میں کچھ ہوں میرا اس سے مقام اونچا ہے' میری کیا حیثیت ہے؟ یا میں گیا تھا انہوں نے مجھے پروٹوکول ہی نہ دیا' توجہ ہی نہیں دی' میرا خیال ہی نہ کیا۔

بس یہ دو چیزیں ایسی ہیں جو بندے کو رب سے دور کر دیتی ہیں اور فرمایا بندہ گرتا چلا جاتا ہے اور اسے اپنے گرنے کا احساس تک نہیں ہوتا۔ ایک اللہ والے فرماتے تھے جو گدھے سے گرتا ہے اس کو احساس ہوتا ہے کہ میں گرا ہوں اور جو کسی اللہ والے کی محفل سے گرتا ہے تو شیطان اس کو احساس بھی نہیں ہونے دیتا اور اس کو احساس اس وقت ہوتا ہے جب آنکھیں بند ہو رہی ہوتی ہیں اور برزخ کی آنکھیں کھل چکی ہوتی ہیں اور موت کے فرشتے سامنے کھڑے ہوتے ہیں اس وقت اس کی آنکھیں کھلتی ہیں جبکہ وقت گزر چکا ہوتا ہے۔ میرے دوستو! اس جگہ بڑے بڑے گر جاتے ہیں کہ میری تو توہین ہو گئی مجھے تو پوچھا ہی نہیں ابھی تین دن کے لئے احباب جمع ہوئے تو ایک صاحب نے مجھے خط لکھا بہت سے لوگوں کی آراء آ رہی ہیں بہت سے خواب بھی آ رہے ہیں لوگوں نے یہاں عجیب خواب بھی دیکھے ہیں ایک شخص نے ایک لفظ لکھا اور بڑا اچھا لکھا۔ کہنے لگے میں تو یہاں ایسے رہا کہ سارے اصحاب کہف ہیں اور میں ان کا کتا ہوں۔ **(جاری ہے)**

درس سے پانے والے

السلام علیکم حکیم صاحب! آپ کے درس کی برکت سے میری زندگی سنور گئی ہے۔ میں درس میں آنے سے پہلے بہت سی بری عادات میں مبتلا تھا جن میں بدنگاہی' سگریٹ نوشی' نماز نہ پڑھنا' جھوٹ' غیبت' چغلی اور اس قسم کی کئی بری عادات مجھ میں تھیں جن کو میں گناہ ہی نہیں سمجھتا تھا اور ان گناہوں کی دلدل میں دھنسا ہوا تھا۔ ایک دن میرا ایک دوست زبردستی جمعرات والے دن آپ کے درس میں لے آیا۔ حکیم صاحب جیسے جیسے میں آپ کا درس سنتا چلا گیا مجھے اپنے گناہوں کا احساس ہوتا گیا کہ میں کیسے کیسے بڑے گناہ صرف معمولی لذت کی خاطر کرتا رہا۔ میں نے اسی دن سے سچی توبہ کی اور آج میں پانچ وقت نماز کیساتھ تہجد بھی باقاعدگی سے ادا کرتا ہوں۔ **(علی' لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ام المومنین حضرت خدیجہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا

فاران ہاشمی، لاہور

آنحضرتﷺ گھر تشریف لائے تو جلال الٰہی سے لبریز تھے۔ آپﷺ نے حضرت خدیجہؓ سے تمام واقعہ بیان کیا اور کہا ''مجھ کو ڈر ہے'' حضرت خدیجہؓ نے کہا آپ متردد نہ ہوں خدا آپ کا ساتھ نہ چھوڑے گا کیونکہ آپ صلہ رحمی کرتے ہیں' بے کسوں اور فقیروں کے معاون رہتے ہیں

نام ونسب: خدیجہ نام' ام ہند کنیت' طاہرہ لقب۔ سلسلہ نسب یہ ہے خدیجہ بنت خویلد بن اسد بن عبدالعزیٰ بن قصی' قصی پر پہنچ کر ان کا خاندان رسول اللہﷺ کے خاندان سے مل جاتا ہے۔ والدہ کا نام فاطمہ بنت زائدہ تھا اور لوی بن غالب کے دوسرے بیٹے عامر کی اولاد تھی۔ حضرت خدیجہؓ کے والد اپنے قبیلہ میں نہایت معزز شخص تھے مکہ آکر اقامت کی۔ عبدالدار ابن قصی کے' جو ان کے ابن عم تھے' حلیف بنے اور یہیں فاطمہ بنت زائدہ سے شادی کی ہے جن کے بطن سے عام الفیل سے 15 سال قبل حضرت خدیجہؓ پیدا ہوئیں۔

سن شعور کو پہنچیں تو اپنے پاکیزہ اخلاق کی بناء پر طاہرہ کے لقب سے مشہور ہوئیں۔

تجارت: باپ اور شوہر کے مرجانے کے بعد حضرت خدیجہؓ کو سخت دقت واقع ہوئی ذریعہ معاش تجارت تھی جس کا کوئی نگران نہ تھا۔ تاہم اپنے اعزہ کو معاوضہ دیکر مال تجارت بھیجتی تھیں۔ ایک مرتبہ مال کی روانگی کا وقت آیا تو ابوطالب نے آنحضرتﷺ سے کہا کہ تم کو خدیجہؓ سے جاکر ملنا چاہیے ان کا مال شام جائے گا۔ بہتر ہوگا کہ تم بھی ساتھ جاتے۔ میرے پاس روپیہ نہیں' ورنہ میں خود تمہارے لیے سرمایہ مہیا کردیتا۔

رسول اللہﷺ کی شہرت امین کے لقب سے تمام مکہ میں تھی اور آپﷺ کے حسن معاملت' راست بازی' صدق و دیانت اور پاکیزہ اخلاق کا عام چرچا تھا۔ حضرت خدیجہؓ کو اس گفتگو کی خبر ملی تو فوراً پیغام بھیجا کہ آپ میرا مال تجارت لیکر شام کو جائیں۔ آپﷺ نے قبول فرمایا اور مال تجارت لیکر میسرہ (غلام خدیجہؓ) کے ہمراہ بصرہ تشریف لے گئے' اس سال کا نفع سالہائے گزشتہ کے نفع سے دوگنا تھا۔

حضرت خدیجہؓ کا آپﷺ سے نکاح

حضرت خدیجہؓ کی دولت وثروت اور شریفانہ اخلاق نے تمام قریش کو اپنا گرویدہ بنالیا تھا اور ہر شخص ان سے نکاح کا خواہاں تھا لیکن کارکنان قضاوقدر کی نظر انتخاب کسی اور پر پڑ چکی تھی۔ آنحضرتﷺ مال تجارت لیکر شام سے واپس آئے تو حضرت خدیجہؓ نے شادی کا پیغام بھیجا۔ آپﷺ نے قبول فرمایا اور شادی کی تاریخ مقرر ہوگئی۔ اس وقت آنحضرتﷺ 25 سال کے تھے اور حضرت خدیجہؓ کی عمر چالیس برس کی تھی۔ یہ بعثت نبویﷺ سے پندرہ سال قبل کا واقعہ ہے۔

اسلام: پندرہ برس کے بعد جب آنحضرتﷺ پیغمبر ہوئے اور فرائض نبوت کو ادا کرنا چاہا تو سب سے پہلے حضرت خدیجہؓ کو یہ پیغام سنایا' وہ سننے سے پہلے مومن تھیں کیونکہ ان سے زیادہ آپﷺ کے صدق دعویٰ کا کوئی شخص فیصلہ نہیں کرسکتا تھا۔ حضرت عائشہؓ کہتی ہیں کہ آنحضرتﷺ پر وحی کی ابتداء رویائے صادقہ سے ہوئی۔ آپﷺ جو کچھ خواب میں دیکھتے تھے سپیدہ صبح کی طرح نمودار ہوجاتا۔ اس کے بعد آپﷺ خلوت گزین ہوگئے چنانچہ کھانے پینے کا سامان لیکر غار حرا تشریف لے جاتے اور وہاں تحنث یعنی عبادت کرتے تھے جب سامان ہوختم ہوجاتا تو پھر حضرت خدیجہؓ کے پاس تشریف لاتے اور پھر واپس جاکر مراقبہ میں مصروف ہوتے' یہاں تک کہ ایک فرشتہ غیب نظر آیا کہ آپ سے کہہ رہا ہے پڑھ' آپﷺ نے فرمایا میں پڑھا لکھا نہیں' اس نے زور سے دبایا' پھر آپﷺ کو چھوڑ دیا اور کہا پڑھ تو آپﷺ نے فرمایا میں پڑھا لکھا نہیں' پھر اس نے دوبارہ زور سے دبایا اور چھوڑ دیا اور کہا پڑھ' پھر آپﷺ نے کہا میں پڑھا لکھا نہیں' اسی طرح تیسری بار دبا کر کہا پڑھ اس خدا کا نام جس نے کائنات کو پیدا کیا' جس نے آدمی کو گوشت کے لوتھڑے سے پیدا کیا۔ پڑھ تیرا خدا کریم ہے۔

آنحضرتﷺ گھر تشریف لائے تو جلال الٰہی سے لبریز تھے۔ آپﷺ نے حضرت خدیجہؓ سے تمام واقعہ بیان کیا اور کہا ''مجھ کو ڈر ہے'' حضرت خدیجہؓ نے کہا آپ متردد نہ ہوں خدا آپ کا ساتھ نہ چھوڑے گا کیونکہ آپ صلہ رحمی کرتے ہیں' بے کسوں اور فقیروں کے معاون رہتے ہیں' مہمان نوازی اور مصائب میں حق کی حمایت کرتے ہیں' پھر وہ آپ کو اپنے چچا زاد بھائی ورقہ بن نوفل کے پاس لے گئیں جو مذہباً نصرانی تھے عبرانی زبان جانتے تھے اور عبرانی زبان میں انجیل لکھا کرتے تھے اب وہ بوڑھے اور نابینا ہوگئے تھے' حضرت خدیجہؓ نے کہا کہ اپنے بھتیجے (آنحضرتﷺ) کی باتیں سنو۔ بولے ابن الاخ تم نے کیا دیکھا؟ آنحضرتﷺ نے واقعہ کی کیفیت بیان کی تو کہا یہ وہی ناموس ہے جو موسیٰؑ پر اترا تھا' کاش مجھ میں اس وقت قوت ہوتی اور زندہ رہتا جب آپ کی قوم آپ کو شہر بدر کرے گی۔ آنحضرتﷺ نے پوچھا کہ کیا یہ لوگ مجھے نکال دیں گے؟ ورقہ نے جواب دیا ہاں۔ جو کچھ آپﷺ پر نازل ہوا جب کسی پر نازل ہوتا ہے تو دنیا اس کی دشمن ہوجاتی ہے اور اگر میں اس وقت تک زندہ رہا تو تمہاری وزنی مدد کروں گا۔ اس کے بعد ورقہ کا بہت جلد انتقال ہوگیا اور وحی کچھ دنوں کیلئے رک گئی۔

اس وقت تک نماز پنجگانہ فرض نہ تھی' آنحضرتﷺ نوافل پڑھا کرتے تھے حضرت خدیجہؓ بھی آپ کے ساتھ نوافل میں شرکت کرتی تھیں۔ ابن سعد کہتے ہیں آنحضرتﷺ اور خدیجہؓ ایک عرصہ تک خفیہ طور پر نماز پڑھتے رہے۔

حضرت خدیجہؓ نے صرف نبوت کی تصدیق ہی نہیں کی بلکہ آغاز اسلام میں آنحضرتﷺ کی سب سے بڑی معین ومددگار ثابت ہوئیں آنحضرتﷺ کو جو چند سال تک کفار مکہ اذیت دیتے ہوئے ہچکچاتے تھے اس میں بڑی حد تک حضرت خدیجہؓ کا اثر کام کررہا تھا اوپر گزر چکا ہے کہ آغاز نبوت میں جب آپﷺ کی زبان سے یہ الفاظ نکلے کہ مجھ کو ڈر ہے تو انہوں نے کہا کہ آپﷺ متردد نہ ہوں خدا آپﷺ کا ساتھ نہ چھوڑے گا۔ جب مشرکین نے آپﷺ کو طرح طرح کی اذیتیں پہنچائیں تو حضرت خدیجہؓ نے آپﷺ کو تسلی اور تشفی دی۔

وفات: حضرت خدیجہؓ نکاح کے بعد پچیس برس تک زندہ رہیں اور گیارہ رمضان ہجرت سے تین سال قبل انتقال فرمایا۔ اس وقت آپؓ کی عمر 64 سال 6 ماہ کی تھی۔ آنحضرتﷺ خود ان کی قبر میں اترے اور اپنی سب سے بڑی غمگسار کو داعی اجل کے سپرد کیا۔ حضرت ابراہیمؓ کے سوا آنحضرتﷺ کی تمام اولاد ان ہی سے پیدا ہوئی۔

حضرت خدیجہؓ وہ مقدس خاتون ہیں جنہوں نے نبوت سے پہلے بت پرستی چھوڑ دی تھی۔ آنحضرتﷺ سے ان کو جو محبت تھی وہ اس سے ظاہر ہے کہ باوجود اس تمول اور اس دولت وثروت کے جو ان کو حاصل تھی حضورﷺ کی خدمت خود کرتی تھیں۔ ایک مرتبہ حضرت جبرائیلؑ نے آنحضرتﷺ سے عرض کی کہ حضرت خدیجہؓ برتن میں کچھ لا رہی ہیں' آپﷺ ان کو خدا کا اور میرا اسلام پہنچا دیجئے۔ آنحضرتﷺ کو بھی حضرت خدیجہؓ سے بے انتہا محبت تھی آپﷺ نے ان کی زندگی تک دوسری شادی نہیں کی ان کی وفات کے بعد آپﷺ کا معمول تھا کہ جب گھر میں کوئی جانور ذبح ہوتا تو آپ ڈھونڈ ڈھونڈ کر ان کی سہیلیوں کے پاس گوشت بھجواتے تھے۔ حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں کہ گو میں نے خدیجہؓ کو نہیں دیکھا لیکن مجھ کو جس قدر ان پر رشک آتا تھا کسی اور پر نہیں آتا تھا جس کی وجہ یہ تھی کہ آنحضرتﷺ ہمیشہ ان کا ذکر کیا کرتے تھے۔

بچے کی طبیعت میں اعتدال کی اہمیت

کلثوم بانو، اسلام آباد

سوال یہ ہے کہ یہ کام کیسے کیا جائے؟ والدین اپنے بچوں کو ان دونوں غلط طریقوں سے یعنی انتہائی سختی اور انتہائی نرمی سے کیسے بچائیں؟ اس کوشش میں کون سا فلسفہ کارآمد رہے گا؟ ہمارا مقصد یہ ہے کہ بچے کا حوصلہ پست کیے بغیر اس کی مرضی کو صحیح سمت میں موڑا جائے

والدین اور بچوں کے تعلقات آج کل جس طرح سے الجھے ہوئے ہیں اتنے شاید پہلے کبھی نہ رہے ہوں گے بعض والدین نے تو بچوں کو بالکل بے لگام چھوڑ دیا ہے اور بعض ان پر غلاموں اور قیدیوں کی طرح سے ظلم و ستم کر رہے ہیں۔
امریکہ جو آج انتہائی ترقی یافتہ ملک مانا جاتا ہے وہاں یہ حال ہے کہ خود امریکہ کے دانش وران مظالم سے نالاں ہو رہے ہیں جو والدین اپنے بچوں پر کرتے ہیں اکثر اوقات انتہائی احتیاط کے باوجود بچوں پر سختی ہو جاتی ہے صبر و تحمل کی تلقین کرنا بڑا آسان ہے لیکن خود اس پر عمل کرنا بڑا دشوار ہوتا ہے اور یہاں پر اسی چیز کی شدید ضرورت ہے بچوں کو مہلت اور موقع دینا چاہیے تاکہ ان کی نشوونما ہو سکے اور وہ محبت کرنا سیکھ سکیں۔ اس میں شک نہیں کہ بعض مواقع ایسے بھی آجاتے ہیں جب والدین کیلئے سختی کرنا ناگزیر ہو جاتا ہے۔
ان خطرات کو مارگریٹ اور ویلارڈ بیچر نے اپنی کتاب میں بڑی خوبصورتی سے پیش کیا ہے۔ انہوں نے لکھا ہے کہ پرانے زمانے میں والدین کی حیثیت آقا کی ہوتی تھی اور بچے ان کے غلام ہوتے تھے۔ آج والدین غلام بن گئے ہیں اور بچے آقا بن گئے ہیں۔ آقا اور غلام کے درمیان کسی قسم کا تعاون نہیں ہے لہٰذا اعتدال پسندی کا فقدان ہے بچوں پر انتہائی سختی سے پابندیاں عائد کرنا بھی درست نہیں اور ان کو ہر بات کیلئے بالکل آزاد چھوڑ دینا بھی غلط ہے کیونکہ ان دونوں طریقوں سے بچوں میں خود اعتمادی نہیں پیدا ہوتی جن بچوں کو نہایت سختی سے پالا جاتا ہے وہ یا تو بالکل نکمے ہو جاتے ہیں یا پھر خودسر ہو کر اپنے اردگرد کے لوگوں سے لڑتے رہتے ہیں اور آخر کار اپنی زندگی کو برباد کر ڈالتے ہیں لیکن جو بچے صرف اپنی مرضی کے علاوہ اور کسی کی بات نہیں مانتے وہ خود اپنی خواہشات کا شکار ہو جاتے ہیں۔ بہرصورت وہ غلام ہی ہوتے ہیں اول الذکر ان لوگوں کے غلام ہوتے ہیں جو ان پر حکم چلاتے ہیں اور مؤخر الذکر اپنی خواہشات کے غلام ہوتے ہیں۔ ان دونوں اقسام کے بچوں میں یہ صلاحیت نہیں ہوتی کہ وہ معاشرے کو کسی اچھی بنیاد پر قائم کر سکیں۔ اگر کچی شاخ کو اس طرح سے موڑ دیا جائے کہ درخت دونوں غلط سمتوں میں ٹیڑھا نہ ہو تو زندگی بھر کی پریشانی سے بچا جا سکتا ہے۔

سوال یہ ہے کہ یہ کام کیسے کیا جائے؟ والدین اپنے بچوں کو ان دونوں غلط طریقوں سے یعنی انتہائی سختی اور انتہائی نرمی سے کیسے بچائیں؟ اس کوشش میں کون سا فلسفہ کارآمد رہے گا؟ ہمارا مقصد یہ ہے کہ بچے کا حوصلہ پست کیے بغیر اس کی مرضی کو صحیح سمت میں موڑا جائے۔ اس کیلئے ہم کو مرضی ''اور حوصلہ'' کا فرق سمجھنا چاہیے۔ انسانی شخصیت میں بچے کی مرضی ایک بڑی مؤثر قوت ہے۔ یہ عقل کی ان چند چیزوں میں سے ہے جو پیدائش ہی کے وقت پوری قوت کے ساتھ آجاتی ہے بچپن کے بارے میں جو تحقیقات کی گئی ہیں انہیں نفسیات کے ایک مشہور رسالے ''سائیکلوجی ٹوڈے'' میں اس طرح سے بیان کیا گیا ہے کہ بچہ اپنے آپ کو اس وقت پہچاننے لگتا ہے جب اسے اس حقیقت کو بیان کرنے کیلئے بولنا بھی نہیں آتا۔ وہ عملاً اپنے ماحول پر خاص کر اپنے والدین پر قابو حاصل کرنے کی کوشش لگتا ہے۔
جو بچہ اپنی مرضی کا مالک ہے اس کے والدین کیلئے یہ سائنٹیفک انکشاف کوئی نئی بات نہیں' کیونکہ وہ رات رات بھر اسے گلے سے لگائے ٹہلتے رہتے ہیں اور ننھے سے ڈکٹیٹر کا ہر حکم بجالاتے ہیں۔ بعد میں ایک سرکش بچہ خفا ہو کر ایک طرح سے اپنی سانس بھی روک سکتا ہے کہ بیہوش ہو جائے جن لوگوں نے اس قسم کی سرکشی دیکھی ہے وہ سکتے کے عالم میں رہ گئے ہیں۔ حال ہی میں ایک تین سالہ بچے نے یہ کہہ کر اپنی ماں کی بات ماننے سے انکار کر دیا کہ نہیں جانتی تم صرف میری ماں ہو؟ ایک دوسری ماں نے اپنے تین سالہ بچے کے بارے میں بتایا کہ جب وہ اسے کچھ کھلانے چلی تو بچے نے انکار کر دیا اور مقابلے پر آمادہ ہو گیا۔ ماں نے جب اصرار کیا تو وہ اتنا خفا ہو گیا کہ اس نے دو روز تک کچھ بھی نہ کھایا چنانچہ کمزور ہو گیا لیکن اس کے باوجود اپنی بات پر اڑا رہا۔ ماں بے چاری پریشان ہو گئی اور اسے خجالت بھی محسوس ہوئی آخر کار مجبور ہو کر باپ نے بچے کو گھور کر دیکھا اور کہا کہ اگر اب کھانے سے انکار کرو گے تو اب تمہاری پٹائی ہو گی یہ ترکیب کارگر ثابت ہوئی اور مقابلہ ختم ہوا۔ بچے نے ہتھیار ڈال دیئے اور جس چیز پر بھی ہاتھ پڑا اسے کھانے لگا۔

یہاں پر ایک اور سوال یہ درپیش ہوتا ہے کہ بچوں کی اس طرح کی سرکشی کا تذکرہ اتنا کم کیوں کیا گیا ہے؟ شاید اس کی وجہ یہ ہو کہ بچوں کو عام طور پر فرشتہ صفات تصور کیا جاتا ہے۔ لہٰذا اس قسم کی خامیوں کا تذکرہ مناسب نہیں سمجھا گیا۔
مرضی نازک اور کمزور نہیں ہوتی جس بچے کے حوصلے پر مخمل کا غلاف چڑھا دیا جاتا ہے وہ بھی اکثر اپنی مرضی کے سامنے فولاد ثابت ہوتا ہے۔ لہٰذا وہ خود اپنے لیے اور دوسروں کیلئے ایک خطرہ بنا رہتا ہے۔ اسی قسم کا آدمی پل پر سے چھلانگ مارنے کی دھمکی دیتا ہے اور پورا شہر اس کی جان بچانے کی کوشش کرتا ہے۔ ہمارے خیال میں مرضی ایک لچکدار چیز ہے۔ اسے ڈھالا جا سکتا ہے اور ڈھالا جانا بھی چاہیے۔ اس کے ساتھ اسے صیقل بھی کرنا چاہیے تاکہ بچہ ہمارے خودغرضانہ مقاصد کیلئے محض مشین بن کر نہ رہ جائے بلکہ اس میں یہ صلاحیت پیدا ہو کہ اپنے رجحانات کو قابو میں رکھ سکے اور اپنی آئندہ زندگی میں نظم و ضبط پیدا کر سکے۔ والدین کی حیثیت سے ہم پر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ بچے کی مرضی کو صحیح طور پر ڈھالیں۔

مرضی کے مقابلے میں حوصلہ کمزور ہوتا ہے

بچے کا حوصلہ اس کی مرضی کے مقابلے میں بے حد کمزور ہوتا ہے۔ وہ ایک ایسے نازک پھول کی طرح ہوتا ہے جس کو بڑی آسانی سے توڑ کر پامال کیا جا سکتا ہے حوصلے کا تعلق ہوتا ہے ذاتی قدر و قیمت سے۔
انسانی فطرت میں یہ خصوصیت بڑی نازک ہوتی ہے اگر آدمی کا مذاق اڑایا جائے' اسے مسترد کیا جائے تو حوصلہ مجروح ہو جاتا ہے۔ اب یہاں پر پھر ایک سوال یہ اٹھ کھڑا ہوتا ہے کہ آخر کون سی ترکیب اختیار کی جائے کہ حوصلہ بھی برقرار رہے اور مرضی کو بھی ڈھال لیا جائے؟ یہ کام معقول حد بندی کے ذریعہ سے پائے تکمیل کو پہنچ سکتا ہے اور یہ حد بندی محبت کے ذریعہ سے کی جانی چاہیے بچے کو یہ احساس کبھی نہ دلایا جائے کہ وہ بے کار یا فضول ہے یا بے وقوف اور بدصورت ہے یا وہ گھر والوں کیلئے ایک بوجھ ہے۔ بچے کی قدر و قیمت پر اگر اس طرح کا کوئی حملہ کیا جاتا ہے تو وہ بڑا تباہ کن ہوتا ہے۔ بچے کو کبھی یہ نہ کہنا چاہیے کہ تم کتنے گدھے ہو' یا یہ کہ تم اپنی بہن کی طرح اول کیوں نہیں آتے؟' یا یہ کہ جس دن سے تم پیدا ہوئے ہو ہم سب کیلئے ایک مصیبت بنے ہوئے ہو۔
اس بات کو ایک بار پھر نوٹ کر لیجئے۔ بچے کے حوصلے کو پست کیے بغیر اس کی مرضی کی تشکیل کرنا ہمارا مقصد ہے۔

سورۂ بقرہ سے چٹ منگنی پٹ بیاہ

مسز ارشد حسین، مدینہ منورہ

اس رات ہم نے مسنون طریقے سے استخارہ کیا مگر کچھ بھی سمجھ میں نہ آیا۔ جمعہ کی نماز کے بعد لڑکے نے پھر ہم سے جواب مانگا تو اچانک ہی میرے منہ سے نکلا کہ بیٹے میں بیٹی کی ولی نہیں ہوں اس کے بھائی فیصلہ کریں گے تو اس بات پر وہ بہت ہی خوش ہوا۔

پچھلے سال میرے شوہر کا اللہ کے حکم سے انتقال ہوا تو میری ایک بیٹی کی شادی نہیں ہوئی تھی باقی سب بچوں کی اللہ کے فضل سے شادیاں ہو چکی تھیں۔ اس وقت میرے دو بیٹے ریاض سعودی عرب میں تھے۔ انہوں نے اپنے چھوٹے بھائی اس کی اہلیہ مجھے اور بہن کو بھی وہاں بلوا لیا۔ ریاض پہنچنے کے کوئی دس بارہ دن بعد ہم سب بیٹھے ہوئے تھے کہ میرے چھوٹے لڑکے نے کہا کہ میں نے پڑھا ہے کہ سورۂ بقرہ ہر چیز کا اول و آخری اور حتمی علاج ہے اب جو بھی اگر جادو جنات اور بندش وغیرہ ہوئی تو اسی سے دور ہوگی۔ ہم سب کو یہی پڑھنا چاہیے۔ میری بیٹی کے اوپر اس بات کا ایسا اثر ہوا کہ اس نے اور ہم سب نے سورۂ بقرہ پڑھنی شروع کر دی۔ ابھی کوئی دو مہینے ہی گزرے تھے کہ ایک دن میرے بڑے لڑکے کے ایک دوست نے ایک رشتہ بتایا کہ لڑکا بھی ایک شہر کی یونیورسٹی میں لیکچرار ہے اور ایم فل کیا ہوا ہے۔ وہ خود آپ کے گھر آئے گا اور اگر آپ سب نے ایک دوسرے کو پسند کر لیا تو وہ بہت جلد شادی کرنا چاہتا ہے۔

اسی ہفتے جمعرات کو لڑکا اپنے ایک دوست کے ساتھ ہمارے گھر آیا۔ میں نے بھی پردے میں اس سے بات کی۔ اللہ کی شان کہ اس کا ہمارے یہاں ایسا دل ٹکا کہ وہ میری موجودگی میں بیٹی کو صرف ایک نظر دیکھنے کے بعد ہی خود رشتہ پر راضی ہو گیا اور کہا کہ آپ سب مجھے اپنا جواب دیں اب ہم سب حیران کہ ایک دن میں کیا کریں۔ میں نے اس سے کہا کہ بیٹا آپ استخارہ کر لیں تو اس نے کہا کہ میں استخارہ کر کے آیا ہوں۔ لڑکے کی والدہ اور دو چھوٹے بھائی پاکستان میں ہوتے ہیں۔ رات کو وہ دونوں ہمارے ہی گھر رک گئے کہ اگلے دن جواب لیکر ہی جائیں گے۔

اب ہم ماں بیٹا بیٹھے تو میرا چھوٹا لڑکا کہنے لگا کہ استخارہ کر لیں اور ایک حدیث کا مفہوم میں آپ کو بتاتا ہوں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے کہ اگر کوئی شخص خود چل کر تمہارے گھر آئے اور تم اس کے دین اور اخلاق سے راضی ہو تو پھر نکاح میں دیر نہ کرو ورنہ زمین میں فتنہ پھیلے گا۔

اس رات ہم نے مسنون طریقے سے استخارہ کیا مگر کچھ بھی سمجھ میں نہ آیا۔ جمعہ کی نماز کے بعد لڑکے نے پھر ہم سے جواب مانگا تو اچانک ہی میرے منہ سے نکلا کہ بیٹے میں بیٹی کی ولی نہیں ہوں اس کے بھائی فیصلہ کریں گے تو اس بات پر وہ بہت ہی خوش ہوا۔ میرے دولڑکے بہت ہچکچا رہے تھے کہ نہ تو یہاں کچھ معلوم کیا نہ پاکستان میں بس ان کے (لڑکے کے) بہن بہنوئی سے بات کی ہے۔ ادھر پاکستان سے بھی میری والدہ و بھائی کہ فون آئے کہ تم لوگ اچھی طرح معلومات کرالو۔ اللہ پاک کی مرضی تھی کہ میرا چھوٹا لڑکا کہنے لگا کہ ہاں کریں اور بھائی (لڑکے) کو یکسو کریں۔

اب جب ہم نے ہاں کی تو لڑکے نے کہا کہ میں آج سے ٹھیک دس دن بعد شادی کرونگا۔ والدہ تو میری آ نہیں سکتیں، بہن بہنوئی اور میرے دو تین یونیورسٹی کے ساتھی ہونگے۔ وہ دونوں دوست تو خوشی خوشی رخصت ہو گئے اب ہم حیران کہ کیا کریں۔ جانے سے پہلے لڑکے نے ہم سے کہا کہ میں بالکل جہیز نہیں لوں گا اور نہ ہی کوئی اور رسم ہوگی۔ اس پر میرے بڑے لڑکے نے کہا کہ ہماری بہن کا جو سامان ہمارے والد صاحب خود اپنے ہاتھ سے خرید کر پیک کر چکے تھے وہ تو ہم دینگے۔ وہ بھی ضرورت کا گھریلو سامان ہے کوئی فالتو کی چیز نہیں ہے۔

دوسرے دن میں نے بچوں سے کہا کہ میری دلی خواہش ہے کہ نکاح مسجد نبوی ﷺ میں اور رخصتی مدینہ منورہ میں ہو۔ لڑکے سے بات کی گئی تو وہ بہت زیادہ خوش اور راضی ہوا۔ جمعرات کو بہن کا فون آیا کہ ہمارا ویزہ لگ گیا ہے ہم لوگ اتوار کو مدینہ منورہ پہنچ رہے ہیں۔ اتوار کو میرے دونوں بڑے لڑکے مع اپنے اہل وعیال کے ہمارے پاس پہنچ گئے۔ شام کو لڑکے کی بہن بہنوئی بھی پہنچ گئے۔ مغرب سے پہلے لڑکا بھی اپنے دو عدد ساتھیوں کے ساتھ پہنچ گیا۔ تھوڑی دیر بعد نکاح ہوا اور عشاء کے بعد ہم نے ایک چھوٹا سا ڈنر دیا جس میں نکاح خوان ان کی فیملی اور ہمارے عزیز واقارب تھے۔ اسی رات رخصتی بھی ہوگئی۔ ایک دن بعد بالکل سنت کے مطابق ایسا ولیمہ ہوا کہ اس میں صرف میرا بڑا لڑکا اور اس کے بیوی بچے شریک ہوئے۔ مجھے پکا یقین ہے کہ اللہ پاک نے اپنے کلام کی برکت سے یہ شادی بالکل سنت کے مطابق کروائی۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 58

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں ان کا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت عمرؓ کا ایک غلام عیسائی تھا اس کو وہ اسلام قبول کرنے کی ترغیب تو دیتے مگر اس پر کبھی دباؤ نہیں ڈالا' فرماتے کہ مذہب میں زبردستی نہیں' غلام ان کی زندگی میں عیسائی ہی رہا۔

حضرت عمرؓ نے اپنے عمال اور لشکریوں میں اسلام کی سچی تعلیمات کی ایسی روح پھونک دی تھی کہ ان کے خوف خدا' اتباع سنت' تقویٰ' زہد' تواضع' خدمت گزاری' خلق' مہمان نوازی' راست بازی' عدل' ترحم' مساوات' مخالفین سے حسن سلوک سے متاثر ہو کر مفتوحہ ممالک کے غیر مسلم خود بخود اسلام قبول کرتے چلے گئے۔

شام میں اسلامی لشکر پہنچا تو رومیوں کے سفیر جارج نے اسلام قبول کر لیا۔ مصر کے شہر شطاء کا رئیس دو ہزار آدمیوں کے ساتھ مشرف بہ اسلام ہوا۔ دمشق میں وہاں کا بشپ حضرت خالد بن ولیدؓ کے سامنے آ کر مسلمان ہوا۔ جلولہ کی فتح کے بعد یہاں کے امراء ورؤسا خود اسلام لے آئے۔ قادسیہ کے معرکہ کے بعد ایران کا شاہی رسالہ چار ہزار لشکریوں کے ساتھ مسلمان ہو گیا۔ یزدگرد کے بعض فوجی افسر مسلمان ہوئے تو سیابچہ' زط اور اندغار جیسی قومیں بھی اسلام لے آئیں۔ مصر کے بعض قصبے کے لوگ بھی مسلمان ہوئے۔ دمیاط کی فتح کے بعد بقارہ سے لے کر عسقلان تک پوری آبادی مسلمان ہو گئی اور پھر اس حقیقت سے کون انکار کر سکتا ہے کہ عراق' شام' مصر اور ایران کے سارے علاقے کی آبادی رفتہ رفتہ اسلام اس طرح قبول کرتی گئی کہ ان میں مسلمانوں کی اکثریت بڑھتی گئی اور وہ اسلامی ممالک کہلانے لگے۔ یہاں مسلمان اپنے روادارانہ کردار کا اعلیٰ نمونہ پیش نہ کرتے تو ان کا اسلام کی طرف مائل ہونا کیسے ممکن تھا تھوڑے سے لوگوں پر تو جبر اور دباؤ ڈالا جا سکتا ہے مگر پورے علاقے کو زور اور جبر و دستی سے کسی مذہب کی طرف مائل کرنا انسانی فطرت کے سراسر خلاف ہے۔

ڈیپریشن سے نجات کے آزمودہ طریقے

عائشہ ذوالفقار

آپ جتنا بھی خود کو دباؤ میں محسوس کریں ایک صحتمند کھانا آپ کی پریشانی کو دور کر دیتا ہے۔ کہتے ہیں کہ بادشاہ کی طرح ناشتہ کرو' امیر کی طرح دوپہر کا کھانا کھاؤ اور فقیر کی طرح رات کا کھانا کھاؤ..... آج کل نہار منہ کافی یا چائے پینے کا رواج ہے۔ یاد رکھیں یہ آپ کے اندرونی نظام کو خراب کر دیتا ہے

آج کل کی مشینی زندگی میں ڈیپریشن ایک عام مرض ہے کیونکہ ہمارے اعصاب روزمرہ کے مسائل سے نمٹتے نمٹتے بسا اوقات اتنے تھک جاتے ہیں کہ ہم سکون کی تلاش میں پریشان رہتے ہیں اور سکون نام کی شے ڈھونڈتے ڈھونڈتے مزید پریشانیوں کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ہائی بلڈ پریشر اختلاج قلب نروس بریک ڈاؤن اس پرشور زندگی کے تحفے ہیں۔

اکثر خواتین انہیں نظر انداز کر دیتی ہیں۔ بیماریاں بڑھنے کی صورت میں ڈاکٹر کے پاس جاتی ہیں۔ ڈاکٹر جو ادویات تجویز کرتے ہیں وہ چند دن تو اثر ضرور دکھاتی ہیں لیکن جڑ سے بیماریاں ختم نہیں ہو سکتیں۔ اپنی سب سے بڑی معالج آپ خود ہیں۔ جس طرح مشین کو تیل دیتے رہو تو وہ ٹھیک رہتی ہے اسی طرح بر وقت علاج اور پرہیز ہمیں بہتر اور صحت مند زندگی عطا کرتا ہے۔ البتہ یہ آپ پر منحصر ہے کہ آپ اپنے مسائل حل کرنے اور ان کے علاج کیلئے ایسا انداز زندگی اپنائیں جو وقتی طور پر نہیں بلکہ ساری زندگی آپ کو پرسکون اور صحتمند رکھ سکے۔ اس کیلئے درج ذیل ہدایات پر عمل کریں اور خوش رہیں۔

مصروفیات کے باوجود اپنے لیے وقت نکالیں۔ ایک عادت کو معمول بنالیں وہ یہ کہ کاموں سے فارغ ہونے کے بعد ایک کرسی پر اطمینان سے بیٹھیں۔ اس کی پشت پر سر ٹکائیں' ٹانگیں ڈھیلی چھوڑ دیں اور ناک سے سانس لے کر منہ سے نکالیں۔ تمام تر توجہ سانس کے آنے جانے پر رکھیں۔ یہ عمل دس بیس منٹ تک کریں۔ رفتہ رفتہ آپ خود محسوس کریں گی کہ اس طرح آپ کو سکون مل رہا ہے۔ یاد رکھیں...... تھکن کا حل سونا نہیں ہے کیونکہ آنکھ کھلنے پر بھی تھکن محسوس ہو سکتی ہے۔

رات کو کم از کم سات آٹھ گھنٹے ضرور سوئیں اور اگر نہ سو سکیں تو دن میں آدھا یا ایک گھنٹہ ضرور سوئیں۔ آپ نے دیکھا اور سنا بھی ہوگا کہ خوبصورت' سمارٹ خواتین بھرپور نیند لیتی ہیں۔ دوپہر کو سونے کی عادت ہوتی ہے۔ عمر بڑھنے کے ساتھ ساتھ نیند میں کمی ہو جاتی ہے۔ اس لیے پریشان ہونے کی قطعی ضرورت نہیں ویسے بھی سات آٹھ گھنٹے سونا صحت کیلئے اچھا ہوتا ہے لیکن کبھی تو لیٹتے ہی نیند آ جاتی ہے کبھی پہروں کروٹیں بدلتے رہو تو نیند نہیں آتی۔ یہ ایک فطری عمل ہے اپنے آپ کو زبردستی نہ سلائیں۔ نیند نہیں آ رہی تو مطالعہ کریں۔ پڑھتے پڑھتے نیند آ جائے گی۔

یہ غور کریں کہ آپ جس کمرے میں بستر پر ہیں وہاں آپ کی کتنی مرتبہ آنکھ کھلی ہے۔ کمرے میں کسی کی آہٹ سے آپ کی آنکھ کھل جاتی ہے۔ آپ سونا بھی چاہتی ہیں لیکن نیند نہیں آتی' مکمل اور پرسکون نیند۔

صحت مند غذا پریشانی دور کرتی ہے

آپ جتنا بھی خود کو دباؤ میں محسوس کریں ایک صحتمند کھانا آپ کی پریشانی کو دور کر دیتا ہے۔ کہتے ہیں کہ بادشاہ کی طرح ناشتہ کرو' امیر کی طرح دوپہر کا کھانا کھاؤ اور فقیر کی طرح رات کا کھانا کھاؤ...... آج کل نہار منہ کافی یا چائے پینے کا رواج ہے۔ یاد رکھیں یہ آپ کے اندرونی نظام کو خراب کر دیتا ہے۔

صبح جلدی اٹھیں اور پرسکون فضا میں ناشتہ کریں۔ اس طرح پورا دن خوشگوار گزرے گا۔ ناشتہ دن کا اہم کھانا ہے اس لیے ناشتہ ضرور کریں۔ ناشتہ میں انڈا' ڈبل روٹی اور دودھ کی لسی' پنیر وغیرہ ضرور کھائیں۔ چینی کی جگہ شہد استعمال کریں۔ تلے ہوئے کھانوں' ڈبے کے کھانوں' چربی والا گوشت اور تیل گھی کے کھانوں سے پرہیز کریں۔ دکانوں سے ملنے والے جوس نہ پئیں بلکہ گھر میں بنائیں۔

کافی' چائے' زیادہ نمک اور بغیر ابلا ہوا پانی صحت کیلئے نقصان دہ ہے۔ اسے کم سے کم استعمال کریں۔

ادویات اور نشہ آور چیزوں کا استعمال

پان چھالیہ کا استعمال بڑھتا جا رہا ہے لیکن یہ چیزیں وقت سے پہلے بوڑھا کر دیتی ہیں جلد جھلسنے لگتی ہے۔ بال گرنے لگتے ہیں اور آنکھیں اپنی چمک کھو دیتی ہیں۔ ان سے گریز کریں۔ نیز نیند کی گولیوں کا بھی خود کو عادی نہ بنائیں۔ خود کو پرسکون رکھنے کیلئے ان تمام چیزوں میں سہارا تلاش نہ کریں کیونکہ یہ بڑی بیماریوں کی جنم دیتی ہیں۔

ایک صحت مند جسم کیلئے ورزش انتہائی ضروری ہے۔ اس سے انسان فٹ رہتا ہے۔ دماغ پر کم بوجھ رہتا ہے۔ جسم کے اعضاء اور پٹھوں کے کھنچاؤ سے سکون محسوس ہوتا ہے۔ ورزش کا ایک فائدہ یہ بھی ہے کہ آپ متناسب جسم کی مالک ہو سکتی ہیں۔

زندگی کو پرسکون رکھنے کیلئے ذات کا پراعتماد ہونا ضروری ہے۔ خود کو کبھی خوبصورتی یا دولت کی کمی کی وجہ سے کمتر نہ جانیں۔ یہ ایک بری عادت ہے جو آپ کی صحت کی دشمن ہے۔ آپ اپنی ذات پر اعتماد کر کے خود کو منوا سکتی ہیں۔ لہٰذا اس بات پر کڑھنا چھوڑ دیں کہ میری ساتھی بہت اچھی ہے اور میں نہیں۔ یقیناً آپ میں بھی ایسی کوئی خوبی ضرور ہوگی بس اسے شناخت کرنا آپ کا کام ہے پھر یقیناً آپ بھی کسی سے کم نہیں یہ کچھ زندگی گزارنے کے انداز ہیں۔ اگر آپ ان پر عمل پیرا ہوں گی تو اس میں کوئی شک نہیں کہ آپ زندگی جیسی نعمت سے مکمل لطف اندوز ہوں۔

کسی بھی قسم کا درد ہو تو......

جسم میں درد ہو یعنی ٹانگوں اور پسلیوں میں درد ہو تو یہ عمل کرنے سے اللہ رب العزت شفاء دیتے ہیں۔ انشاءاللہ چھری ہاتھ میں لے کر اول درود شریف گیارہ بار پڑھتے جائیں۔ درد والی جگہ پر پھیرتے جائیں۔ دم کرتے جائیں۔ درود شریف کے بعد تین مرتبہ سورۃ فاتحہ' تین مرتبہ آیت الکرسیٰ' تین مرتبہ سورۃ الناس اس طرح پڑھیں کہ قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ نَاسْ نَاسْ. مَلِكِ النَّاسِ نَاسْ نَاسْ. اِلٰهِ النَّاسِ نَاسْ نَاسْ. مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ نَاسْ نَاسْ. الَّذِیْ یُوَسْوِسُ فِیْ صُدُوْرِ النَّاسِ نَاسْ نَاسْ مِنَ الْجِنَّةِ وَالنَّاسِ نَاسْ نَــاس اسی طرح تین مرتبہ پوری سورۃ پڑھیں۔ پھر آخر میں گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں انشاءاللہ درد ختم ہو جائیگا۔

شدید سر درد کیلئے مجرب روحانی عمل

سر میں شدید درد ہو تو یہ عمل کریں انشاءاللہ تیسرے دم پر سر کا درد ختم ہو جائیگا۔ اول آخر درود شریف 7 مرتبہ وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ (الشعراء 130) ایک سانس میں 7 یا پانچ مرتبہ پڑھ کر 3 دم کریں۔ جتنا بھی شدید درد ہوگا اللہ کے حکم سے ختم ہو جائے گا۔ **(محمد عطاء الحق' کوٹ ادو)**

جوہرات سے بھی قیمتی

☆ کمزوریوں میں سب سے بڑی کمزوری مایوسی ہے۔

☆ انسان معاملات سے پہچانا جاتا ہے۔

☆ صلہ رحمی کرنے والا اللہ سے اپنا رشتہ جوڑتا ہے۔

☆ خاموشی بغیر تخت کے بادشاہی ہے۔

☆ بدترین اندھاپن دل کا اندھاپن ہے۔ **(نوشابہ جمال)**

موسم بہار میں سدا بہار صحت

ڈاکٹر زین، کراچی

انسان کی طرح موسم بہار حشرات الارض کیلئے بھی نمو کا باعث بنتا ہے۔ لہٰذا موسمی حشرات الارض اس موسم میں نقصان کا باعث بنتے ہیں اور مختلف جراثیم جو تعدی کا باعث ہوتے ہیں مختلف وبائیں پھیلاتے رہتے ہیں۔ اس موسم میں خسرہ وبائی شکل میں بکثرت پھیلتا ہے

بہار کا موسم انسانی، حیوانی اور نباتی صحت کیلئے انتہائی فائدہ مند ہوتا ہے۔ انسانی چہروں پر شگفتگی مسکراہٹ اور نکھار نظر آتا ہے۔ حیوانات کے ماہرین کا بھی مشاہدہ ہے کہ ان میں اس موسم میں بہت سی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ نباتات پر تو اس موسم میں حقیقی بہار آجاتی ہے۔ حقیقت تو یہ ہے کہ باغوں، پودوں کی نرسریوں اور جنگلات میں نیز پہاڑوں پر، خوبصورت بنگلوں اور سڑکوں کے کنارے صدہا اقسام کے پھل دار یا پھولدار پودے سردی کی شدت سے پیدا شدہ بے رونقی اور ویرانی کے خاتمے کے بعد بنی نوع انسان کو موسم گرما میں گرمی کی شدت سے محفوظ کرنے کے لیے چھوٹے چھوٹے شگوفے اور کونپلیں نکال کر اپنے اوپر سرسبز اوڑھ لیتے ہیں، پھولدار پودوں میں تو یہ سماں اور بھی زیادہ دلکش و قابل دید ہوتا ہے۔ ان میں پتوں کی سبزی کے ساتھ ساتھ قدرت کی طرف سے ودیعت کردہ خوش نما پھول بھی ان کی رونق کو دوبالا کردیتے ہیں اور اس پر مزید اضافہ دماغوں کو معطر کرنے اور روح کو تسکین بخشنے والی خوشبوؤں سے ہوتا ہے۔ اسی طرح انسانی بچے جو پھولوں کی طرح نرم ونازک ہوتے ہیں اس موسم سے بھرپور استفادہ کرتے ہیں۔ ان کے جسم میں بھی چستی، پھرتی چالاکی اور توانائی پیدا ہوجاتی ہے۔ موسم سرما ٹھٹھر کر گزارنے کے بعد وہ گلی کوچوں اور پارکوں میں کھیل کود میں مشغول نظر آتے ہیں جسمانی نشوونما کے لحاظ سے یہ موسم ان کیلئے بہت مفید ہوتا ہے۔

اگر یہ موسم اعتدال پر قائم ہے تو پھول ہوں یا بچے ان میں خوبصورتی اور رعنائی بڑھتی رہتی ہے باغوں اور باغیچوں میں پھول روز بروز زیادہ دلکش اور خوبصورت نظر آتے ہیں بچے بھی ہشاش بشاش رہنے لگتے ہیں۔ موسم بہار میں آہستہ آہستہ گرمی میں تیزی آنا ہر اعتبار سے درست ہوتا ہے مگر جونہی یہ اعتدال ختم ہوجاتا ہے۔ سرد ہوائیں چلنے لگتی ہیں بادلوں کی چھتری زمین کو ڈھانپے رکھتی ہے تو صحت کا معیار گرنے لگتا ہے پھول دھوپ نہ ملنے کی وجہ سے سردی کے باعث مرجھانے لگتے ہیں۔ یہی کیفیت پھول سے بچوں کی ہوتی ہے۔ موسمی تبدیلی کی وجہ سے لباس میں بھی چونکہ تبدیلی آچکی ہوتی ہے لہٰذا یکا یک سردی کی زیادتی سے بچوں کو سردی لگ کر مختلف سرد امراض بخار، سردرد، نزلہ اور زکام وغیرہ کی علامات ظاہر ہونے لگتی ہیں چونکہ بچوں کی قوت مدافعت بھی کمزور ہوجاتی ہے۔ اس لیے نمونیا اور خسرہ وغیرہ بھی انہیں گھیر لیتے ہیں۔ چنانچہ ایسے حالات میں جب موسم میں اعتدال قائم نہ رہے تو ضروری ہوتا ہے کہ بچوں کو گرم ملبوسات پہنا دیئے جائیں اور غذا کے معاملہ میں بھی احتیاط کا دامن نہ چھوٹے کیونکہ مشاہدہ ہے کہ جونہی سردی کی شدت میں کمی واقع ہوا اور چند یوم کیلئے سورج کی شعاعیں سروں پر چمکنے لگیں تو انسانی صحت کے دشمن برف کے گولے اور دیگر ٹھنڈی اشیاء بازار میں نظر آنے لگتی ہیں ان کا استعمال کسی صورت بھی صحت کیلئے فائدہ مند نہیں ہوتا ایسی اشیاء کی تیاری میں شامل ہونے والی اشیاء بھی ناقص اور معیاری نہیں ہوتیں۔

انسان کی طرح موسم بہار حشرات الارض کیلئے بھی نمو کا باعث بنتا ہے۔ لہٰذا موسمی حشرات الارض اس موسم میں نقصان کا باعث بنتے ہیں اور مختلف جراثیم جو تعدی کا باعث ہوتے ہیں مختلف وبائیں پھیلاتے رہتے ہیں۔ اس موسم میں خسرہ وبائی شکل میں بکثرت پھیلتا ہے جس کے زیادہ تر مریض اکثر دیہاتوں میں دیکھنے کا اتفاق ہوتا ہے کیونکہ وہاں علاج کی فوری سہولتیں اور پینے کا صاف پانی میسر نہیں ہوتا نہ ہی اور ضروری احتیاطی تدابیر پر عمل ہوتا ہے۔

اس کے علاوہ سعال دیکی (کالی کھانسی) بھی اکثر انہی ایام میں زیادہ ہوتی ہے اور اس مرض میں مبتلا بچوں کو شدید تکلیف اٹھانا پڑتی ہے۔ اس لیے حساس بچوں کو امراض سے محفوظ رکھنے کیلئے مکمل احتیاطی تدابیر پر عمل کرنا بہت ضروری ہوتا ہے، بچوں کے علاوہ جوان افراد بھی موسم بہار میں خرابی خون کے امراض میں مبتلا ہوجاتے ہیں۔ ان میں خارش اور سرخ رنگ کی چھوٹی چھوٹی پھنسیوں کا عارضہ لاحق ہوجاتا ہے جن میں شدید جلن اور خارش رہتی ہے۔ وہ بعض مریضوں کیلئے بھی نقصان دہ ہوتا ہے۔ مشاہدہ ہے کہ سل کے مریضوں کے مرض میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ البتہ وجع المفاصل کے مریض جن کی سردیاں انتہائی مشقت اور پریشانی کے عالم میں گزرتی ہیں ان میں افاقہ کی صورت نظر آتی ہے۔ اس موسم میں کمرے سے باہر سونا صحت کیلئے نقصان دہ ہے۔

موسم بہار میں کینو ایک ایسا پھل ہے جس کے استعمال سے انسانی جسم میں حیاتین ج دور ہوکر طاقت وتوانائی پیدا ہوجاتی ہے اس میں شامل فولاد کے اجزاء چہرہ کے رنگ کو سرخ وسفید بناتے ہیں جن سے چہرہ میں نکھار پیدا ہوتا ہے۔ اس موسم میں اس کی ترشی بھی ختم ہوچکی ہوتی ہے۔ اس موسم کی دوسری اہم ترکاری گاجر ہے۔ اس کو عرف عام میں غریبوں کا سیب بھی کہتے ہیں۔ اس کا سالن تیار کرکے کھانے سے یا کچی بطور سلاد کھانے سے مقوی قلب اور دماغ وجگر پر اثرات ظاہر ہوتے ہیں۔ معدہ وامعاء کے فعل میں نظم پیدا ہوجاتا ہے۔ شریانوں کیلئے مفید ہے۔ اس میں حیاتین الف کی کثیر مقدار موجود ہوتی ہے۔

اس لیے شب کوری اندھراتا اور حیاتین الف کی کمی سے ہونے والے ضعف بصر کیلئے بہت ہی مفید ہے۔

جمادی الاولیٰ کے مقبول وظائف

جوکوئی اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس کو بے شمار ثواب سے نوازے گا اور اس کو گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا

اسلامی سال کے پانچویں مہینہ کا نام جمادی الاولیٰ ہے۔اسی مہینہ میں حضرت علی رضی اللہ عنہ کی پیدائش مکہ میں واقع ہوئی تھی۔اس مہینہ میں قرآن پاک کی پاک وصاف لباس پہن کر صاف اور آہستہ آہستہ سمجھ کر تلاوت کرنا بہت زیادہ ثواب اور فائدہ کا باعث ہے۔اللہ تعالیٰ کو ترتیل کے ساتھ قرآن پاک کی تلاوت بہت پسند ہے۔حضور نبی کریم ﷺ کو بھی قرآن پاک کی ترتیل کے ساتھ قرات بہت پسند تھی۔اس ماہ میں نوافل پڑھنا اور دیگر عبادات کرنا بہت سی فیوض وبرکات کے حصول کا باعث ہے۔

پہلی شب:۔ جوکوئی اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے تو پروردگار عالم اس کو بے شمار ثواب سے نوازے گا اور اس کو گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔

دو نفل:۔ جمادی الاولیٰ کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھنی چاہئے کہ پہلی رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ جمعہ پڑھے جبکہ دوسری رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ مزمل پڑھے۔

چار نوافل:۔ اس ماہ کی یکم تاریخ کو نماز ظہر کے بعد چار رکعت اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سات مرتبہ سورۃ النصر پڑھے۔

تیسری شب:۔ جمادی الاولیٰ کے مہینہ کی تیسری شب کو نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کے ساتھ اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورہ قدر پڑھے اور سلام پھیرتے ہی یعنی تمام نوافل کی ادائیگی کے بعد باوضو حالت میں ہی قبلہ رخ بیٹھ کر فجر کی اذان تک یہ کلمات بکثرت پڑھتا رہے۔

یَاعَظِیْمُ تَعَظَّمْتَ بِا لْعَظْمَةِ وَالْعَظْمَةُ فِیْ عَظْمَةِ عَظْمَتِکَ یَاعَظِیْمُ

انشاءاللہ تعالیٰ ثواب عظیم حاصل ہوگا اور جو بھی نیک حاجت ہوگی پروردگار عالم وہ ضرور پوری فرمائے گا۔

نفلی روزے:۔ اس ماہ کی تیرہ، چودہ اور پندرہ تاریخ کو نفلی روزے رکھنے کی بہت زیادہ فضیلت ہے۔

اکیسویں شب:۔ اس مہینہ کی اکیسویں شب کو نماز عشاء کے بعد چھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورہ اخلاص پڑھے۔نوافل کی ادائیگی کے بعد ایک سو مرتبہ درود پاک پڑھے۔

ستائیسویں شب: اس شب کو نماز عشاء کے بعد آٹھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ والضحیٰ پڑھے۔اس کے بعد بکثرت **سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ** کا ورد کرتا ہوا باوضو حالت میں سو جائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت سی برکات حاصل ہوں گی۔

عظمت والی دعا: ابن عباسؓ نے کہا ہے کہ حضرت ابراہیمؑ حضرت ذوالقرنینؒ سے ملے اوران سے پوچھا کہ سارے زمانہ کو تو نے کس طرح سے دیکھا اور شرق سے لیکر غرب تک کا کیسے مالک ہوگیا انہوں نے جواب دیا **قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ** اوران چند کلمات سے کہ جوانہیں پڑھے گا اللہ پاک اس کیلئے دس لاکھ نیکیاں لکھے گا اور اس کے دس لاکھ گناہ بخش دیگا اور اس کے دس لاکھ درجے بلند کرے گا۔

حضرت ابراہیمؑ نے فرمایا مجھے بتلاؤ وہ کیا ہیں انہوں نے چند کلمات بتلائے۔**سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ بَاقٍ لَا یَفْنٰی سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ عَالِمٌ لَایَنْسٰی سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ قَیُّوْمٌ لَایَنَامُ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَدَائِمٌ لَا یَسْهُوْ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ وَاسِعٌ لَایَتَکَلَّفُ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ لَایَلْهُوْ سُبْحٰنَ مَنْ هُوَ عَزِیْزٌ لَایُظْلَمُ.**

(ترجمہ: وہ ذات پاک ہے کہ جس کو بقا ہے اور فنا نہیں، وہ ذات پاک ہے جس کو علم ہے اور ذرا نسیان نہیں وہ ذات پاک ہے جس سے ہر شے برقرار ہے اور جس کو کبھی خواب نہیں آتا، وہ ذات پاک ہے جس کو دوام ہے اور اسے کچھ سہو نہیں ہوتا وہ ذات پاک ہے جو وسعت والی ہے اور جسے کچھ تکلف نہیں ہوتا وہ ذات پاک ہے جو ہمیشہ قائم ہے اور جسے غفلت نہیں ہوتی وہ ذات پاک ہے جو صاحب عزت ہے اور اس پر کوئی ظلم نہیں کرسکتا۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 4 اپریل بروز پیر سہ پہر 3 تا 4 بجکر 17 منٹ تک 16 اپریل بروز ہفتہ دوپہر 1 بجکر 5 منٹ سے لیکر 2 بجکر 26 منٹ تک 29 اپریل بروز جمعہ عصر تا مغرب **یَارَءُ وْفُ یَاوَاسِعُ یَااَللّٰهُ** پڑھیں۔یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درددل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔انشاءاللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1۔روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔**2**۔خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہوکر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ناممکن ممکن ہوئیں۔پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! روحانی محفل نے میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ حل کردیا۔میرا مسئلہ رشتے کا تھا۔میں نے روحانی محفل پوری توجہ کیساتھ کی۔حکیم صاحب اللہ تعالیٰ نے میرے اوپر اتنا کرم کیا اور اپنے پیارے کلام کی برکت سے میرا مسئلہ حل کردیا۔میرا بہت اچھی جگہ سے رشتہ آیا اور ساری بات طے ہوگئی ہے اوران لوگوں نے چند ماہ میں شادی کا کہا ہے۔اب میرا مسئلہ یہ ہے کہ کیا میں یہ روحانی محفل جاری رکھوں یا ختم کردوں۔اس سے پہلے تو حکیم صاحب میرا جس جگہ بھی رشتہ ہوتا تھا بغیر کسی وجہ کے انکار ہوجاتا تھا۔**(محترمہ سعدیہ،لاہور)**

شاہ اسحاق قادری رحؒ کے روحانی وظائف

جب دشمن کے حملے کا شدید خطرہ ہو جیسا کہ موجودہ صورت حال ہے اس وقت مسلمانوں کو چاہیے کہ نمازوں کے بعد اور دیگر اوقات میں دل و جان سے درج ذیل دعائیں مانگیں۔ قرآن کریم اور رسول کریم ﷺ سے ایسے موقعہ پر ان دعاؤں کا مانگنا ثابت ہے

گمشدہ چیز کا ملنا

یہ عمل بہت آسان ہے ہر وقت، صبح و شام دن رات برابر پڑھتا رہے ناغہ نہ کرے اور بد دل ہو کر نہ چھوڑے اور یہ خیال کر کے پڑھے کہ انشاء اللہ تعالیٰ میری چیز آج ہی مل جائے گی۔ اللہ تعالیٰ کے حکم سے وہ چیز چند دن میں مل جائے گی ورنہ دو ماہ تک ضرور مل جائے گی۔ برابر بلا ناغہ پڑھنا شرط ہے۔

وَاذْكُرْ رَّبَّكَ اِذَا نَسِيْتَ. (کہف 24)

برائے حب

اگر کوئی شخص چاہتا ہے کہ اس کا کوئی عزیز، رشتہ دار، بیٹا، بیٹی، والد، والدہ اس سے ناراض ہو گئے ہوں اور کسی صورت بھی راضی نہ ہوتے ہوں تو 786 بار پانی کی ایک بوتل پر باوضو بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھ کر دم کریں اور وہ پانی اس شخص کو پلا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپس میں محبت کا رشتہ دوبارہ قائم ہو جائے گا۔ مجرب عمل ہے۔

سخت خطرے کے وقت کی دعا

جب دشمن کے حملے کا شدید خطرہ ہو (جیسا کہ موجودہ صورت حال ہے) اس وقت مسلمانوں کو چاہیے کہ نمازوں کے بعد اور دیگر اوقات میں دل و جان سے درج ذیل دعائیں مانگیں۔ قرآن کریم اور رسول کریم ﷺ سے ایسے موقع پر ان دعاؤں کا مانگنا ثابت ہے۔

☆ حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ. (آل عمران 173)

ترجمہ: اللہ تعالیٰ ہمارے لیے کافی ہے اور وہی بہتر مددگار ہے۔

☆ اَللّٰهُمَّ اسْتُرْ عَوْرَاتِنَا وَاٰمِنْ رَوْعَاتِنَا. (مسند احمد)

ترجمہ: اے اللہ! ہماری پردہ پوشی فرما اور ہماری گھبراہٹ کو بے خوفی اور اطمینان میں تبدیل فرما۔

☆ اَللّٰهُمَّ اِنَّا نَجْعَلُكَ فِيْ نُحُوْرِهِمْ وَنَعُوْذُ بِكَ مِنْ شُرُوْرِهِمْ. (ابو داؤد)

ترجمہ: اے اللہ! ہم آپ کو ان دشمنوں کے مقابلے میں کرتے ہیں اور ان کے شر سے آپ کی پناہ مانگتے ہیں۔

ام الصبیان کیلئے عمل

ام الصبیان بچوں کیلئے بہت خطرناک مرض ہے بچہ روز بروز سوکھتا جاتا ہے۔ گوشت گھل کر صرف ہڈیاں باقی رہ جاتی ہیں اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔

باریک دھاگہ خواہ کسی رنگ کا ہو سفید ہو یا سیاہ، اور کوئی مقدار تاروں کی بھی نہیں (یعنی دھاگوں کی کوئی مقدار تعداد نہیں ہے۔ پانچ یا سات یا گیارہ بلکہ جتنے دھاگے چاہے لے لے) مگر سات یا نو یا گیارہ ہوں تو بہتر ہے۔ اس پر اکتالیس بار سورۂ فاتحہ مع بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھ کر ہر بار فاتحہ پڑھنے کے بعد ایک گرہ لگائیں۔ اکتالیس بار پڑھ کر گرہ لگائیں گے تو گرہ بھی اکتالیس ہو جائیں گی۔ وہ دھاگہ بچے کے گلے میں ڈال دو حق تعالیٰ شانہٗ کے فضل سے بچہ اس بیماری سے محفوظ ہو جائے گا اور صحت مند ہو جائے گا۔

جادو، آسیب اور ہر بیماری کا علاج

مندرجہ ذیل اسم مبارک کو چینی کی رکابی (پلیٹ) پر باوضو لکھا جائے اور وہ پانی یا عرق گلاب یا عرق کیوڑہ سے دھو کر ہر روز پلاؤ اور اس اسم کے ساتھ سورۂ فاتحہ بمع بسم اللہ کے بھی لکھے تو بہت مفید ہے۔ وہ اسم یہ ہے:۔ يَاحَيُّ حِيْنَ لَاحَيَّ فِيْ دَيْمُوْمَةِ مُلْكِهٖ وَبَقَائِهٖ يَاحَيُّ.

ظالموں اور حاسدوں کے شر سے حفاظت

بعض مرتبہ حسد اور کینہ کے سبب لوگ بلاوجہ دشمن بن جاتے ہیں اور قدم قدم پر دشمنی کرتے ہیں۔ ایسے لوگوں کے شر و فتنہ سے حفاظت کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے۔

اس کی کوئی تعداد مقرر نہیں ہے نہ ہی وقت مقررہ پر پڑھنا ہے بلکہ جس قدر ہو سکے اور جس وقت ہو سکے وہ پڑھے۔ کلمات یہ ہیں:۔ لَامَلْجَاَ وَلَا مَنْجَا مِنَ اللّٰهِ اِلَّا اِلَيْهِ. یہ عمل باوضو اور بے وضو دونوں طرح پڑھ سکتے ہیں۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ دشمن ناکام و نامراد ہو گا اور حصول مقاصد میں کامیابی ہو گی۔ ناجائز کرنیوالا خود ذمہ دار ہو گا۔

سحر و جادو سے حفاظت

جس شخص پر جادو کا اثر ہو یا ظالموں کی طرف سے ظلم و زیادتی کا ڈر ہو اس کو چاہیے کہ پانچ سو بار روزانہ ایک ہی بیٹھک میں یا ہر نماز کے بعد ایک سو بار پڑھے اس طرح پانچ سو بار پورا ہو جائے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

☆ حَسْبُنَا اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ. (آل عمران 173)

انشاء اللہ تعالیٰ جادوگر ہر طرح سے ناکام ہو گا سحر و جادو کے دفعیہ کیلئے یہ آسان عمل باوضو کرنا ضروری ہے۔ سورۃ الفلق اور سورۃ الناس تین بار آیۃ الکرسی ایک بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر پھیر لیا کریں اور اسی طرح کو صبح فجر کی نماز کے بعد اور عشاء کی نماز کے بعد اسی طرح پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر پھیر لے۔

انشاء اللہ تعالیٰ کسی کا سحر و مکر اثر نہ کرے گا۔

اولاد ہونے کیلئے

جس عورت کے اولاد نہ ہوتی ہو اور وہ بانجھ ہو اس کیلئے مندرجہ ذیل تعویذ باوضو سات عدد لکھ کر رکھ لے اور روزانہ باوضو ایک عدد پانی میں گھول کر عورت کو پلائے۔

انشاء اللہ تعالیٰ لڑکا پیدا ہو گا۔ وہ تعویذ یہ ہے:۔

اِنَّا اَعْطَيْنٰكَ الْكَوْثَرَ o يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. يَاحَلِيْمُ. بِحَقِّ اَهْيَا اَشْرَاهِيَا.

تنبیہ: یہ عمل ہر ماہ ایام بند ہونے کے بعد غسل کر کے شروع کریں اور روزانہ ایک عدد تعویذ پئیں۔ جب تک حمل نہ ٹھہرے تعویذ پینے کا عمل جاری رکھیں۔

اذان سے تمام پریشانیاں ختم

حکیم صاحب آپ نے مجھے 90 دن کا وظیفہ ''اذان'' کا باقاعدگی سے پڑھنے کا حکم دیا۔ آپ کے ارشاد کے مطابق میں نے یہ وظیفہ متواتر پڑھا اور ابھی تک پڑھ رہا ہوں۔ گھر سے پریشانیاں ختم اور مکمل سکون ہے۔ **(محمد طارق، واہ کینٹ)**

پھلوں اور سبزیوں کے جوس معالج ہیں

ظفر احمد، لاہور

سیب کا جوس: یہ مزیدار جوس ہے جو وٹامن سی کی کچھ مقدار مہیا کرتا ہے۔ اس کا 160 ملی لیٹر کا گلاس 19 سے پچاس برس کی عمر کے افراد کو غذائیت کی مجوزہ نصف مقدار فراہم کرتا ہے۔ البتہ سیب کے جوس سے وٹامنز کی خاطر خواہ مقدار حاصل نہیں ہو پاتی۔

جوس چاہے پھلوں کے ہوں یا سبزیوں کے، آپ کے حفاظتی سسٹم کو رواں دواں رکھنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ تمام پھلوں اور سبزیوں کے جوس بہترین ہیں کیوں کہ ان میں سے ہر ایک کوئی نہ کوئی بنیادی وٹامن فراہم کرتا ہے۔ یہ تیزی سے اثر کرتے ہیں اور ان کا ذائقہ بھی لاجواب ہوتا ہے۔ آج آپ کو اس بہترین سبزیوں اور پھلوں کے بارے میں بتا رہے ہیں۔

گاجروں کے جوس کے فوائد: گاجر کے جوس میں کافی مقدار میں پوٹاشیم قابل ذکر مقدار میں میگنیشیم اور تھوڑا سا کیلشیم بھی ہوتا ہے جو اسے ایک فائدہ مند جوس ثابت کرنے کیلئے کافی ہے۔ کیونکہ فولاد کے علاوہ یہ وہ تین معدنی اجزاء ہیں خواتین جن کی کمی کا شکار ہوتی ہیں۔ یہ بی ٹا کروٹین اور دوسرے کیروٹینائڈز کے حصول کا بہترین ذریعہ ہے جنہیں انسانی جسم وٹامن اے میں تبدیل کرتا ہے۔ یہ وٹامن نظر میں تیزی کا سبب بنتا ہے یعنی گاجریں ایک طرف تو خواتین کو اندھیرے میں بھی دیکھنے کے قابل بناتی ہیں اور دوسری طرف بڑھتی عمر کے باعث غذائیت میں ہونے والی کمی بھی پوری کرتی ہیں۔

کیروٹینائیڈز کی اینٹی اوکسی ڈنٹ صلاحیت، پھیپھڑوں، مثانے اور پیٹ کے کینسر کے خطرات میں کمی کا باعث ہیں۔

اورنج جوس کی خصوصیات: اورنج جوس کا ایک چھوٹا جوس وٹامن سی کی ایک سو پچاس فیصد مقدار فراہم کرتا ہے۔ وٹامن سی کی اتنی ہی مقدار ایک بالغ خاتون کو ایک دن میں ضرورت ہوتی ہے۔ مردوں کیلئے بھی یہ جوس یکساں طور پر مفید ہے۔ اورنج جوس میں شامل فلیونائیڈز، وٹامن سی کے ساتھ مل کر جسم کے مدافعتی نظام کو بڑھاوا دیتے ہیں اور خون کی نالیوں کو مضبوط بنا کر خون میں شامل فاسد مادوں کو چہرے کی کھال سے باہر نکلنے سے روکنے میں مدد دیتے ہیں۔ تازہ اورنج جوس تھیامائن اور فولیٹ کے حصول کا موثر ذریعہ بھی ہے۔

تھیامائن یا وٹامن بی ون توانائی کے حصول کا ذریعہ ہے۔ فولیٹ بھی وٹامن بی کا ایک جز ہے۔ جو صحت مند خون کی پیداوار کیلئے ضروری ہے۔ یہ حاملہ خواتین یا ان خواتین کیلئے خاص اہمیت کا حامل ہے جو امید کے قریب ہوں کیونکہ یہ نیورل ٹیوب کی خرابیوں مثلاً ریڑھ کی ہڈی کے عضلات کی بیماری سے بچاؤ میں ایک اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

سیب کا جوس: یہ مزیدار جوس ہے جو وٹامن سی کی کچھ مقدار مہیا کرتا ہے۔ اس کا 160 ملی لیٹر کا گلاس 19 سے پچاس برس کی عمر کے افراد کو غذائیت کی مجوزہ نصف مقدار فراہم کرتا ہے۔ البتہ سیب کے جوس سے وٹامنز کی خاطر خواہ مقدار حاصل نہیں ہو پاتی۔

آم کا جوس: یہ جوس وٹامن اے سی اور ای کے حصول کا ایک اچھا ذریعہ ہے۔ جدید تحقیق نے ثابت کیا ہے کہ مذکورہ تینوں وٹامن مل کے بیماریاں پیدا کرنے والے فاسد مادوں کا سخت مقابلہ کرتے ہیں۔

گریپ فروٹ جوس: اس جوس کی 160 ملی لیٹر مقدار انیس سے پچاس برس کی عمر کے افراد کو دن بھر کی وٹامن سی کی ضرورت کی 120 فیصد مقدار مہیا کرتی ہے۔ گریپ فروٹ ایک طاقتور اینٹی اوکسی ڈنٹ جز، بی ٹا کیروٹین کے حصول کا بہترین ذریعہ بھی ہیں جنہیں اگر مناسب مقدار میں لیا جائے تو چند اقسام کے کینسر سے بچا جا سکتا ہے۔

گلابی رنگت کے گریپ فروٹ جوس میں ایک اور طاقت اینٹی اوکسی ڈانٹ جز لائیکو پین بھی شامل ہوتا ہے۔ یہ جز پروسٹیٹ، پھیپھڑوں، پیٹ، پتے، مقعد اور خواتین میں سینے کے کینسر کے خلاف انتہائی موثر ثابت ہوا ہے۔ لائیکو پین خون میں لوتھڑے بننے کے عمل کو بھی روک سکتا ہے جس سے دل کے دورے کی شکایت سے بچنے میں مدد ملتی ہے۔

ٹماٹر کے جوس: یہ وٹامن اے اور سی کے حصول کا ایک موثر ذریعہ ہے جو خون میں ایسے فاسد مادے بننے سے روکتے ہیں جو کینسر، دل کی بیماریوں اور حتیٰ کہ جھریاں بننے کا باعث بن سکتے ہیں۔ ٹماٹر اس کے علاوہ لائیکوپین کے حصول کا بھی ایک بڑا ذریعہ ہیں۔

یورپ میں تحقیق دانوں نے پتا چلایا ہے کہ اس طاقتور اینٹی اوکسی ڈنٹ جز کی زیادہ مقدار میں جسم کی فراہمی، دل کی بیماریوں کے خطرات میں 48 فیصد کمی کا سبب بن سکتی ہے۔ 72 مطالعاتی تحقیقات کا خلاصہ ہے کہ لائیکوپین، پروسٹیٹ کینسر کے خلاف انتہائی موثر ثابت ہوا ہے۔ البتہ اس بات میں بھی شک باقی ہے کہ آیا ٹماٹر کا جوس پینے سے اتنا ہی فائدہ ہوتا ہے جتنا کہ ٹماٹر کھانے سے۔ چند اقسام کے ٹماٹر کے جوس میں نمک کی کافی مقدار شامل ہوتی ہے جو بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) اور دل کی بیماریوں کا سبب بن سکتی ہے۔

اناناس کا جوس: یہ وٹامن سی کے حصول کا بڑا ذریعہ ہے لیکن اس کے ساتھ ساتھ اس میں صحت کو بڑھاوا دینے والا ایک جز ''برومیلین'' بھی شامل ہوتا ہے۔ خیال کیا جاتا ہے کہ برومیلین نظام ہاضمہ میں مدد دیتا ہے۔ Sinasitis یا سر میں جلن کے امکانات کو کم کرنے کے علاوہ چھوٹے چھوٹے زخموں خاص طور سے عضلات کے زخم اور درد کے امکانات کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ تحقیق سے ثابت ہوا ہے کہ بچے کی پیدائش کے بعد کی گئی معمولی سرجری سے پیدا ہونے والی سوجن زخم اور درد میں افاقے کیلئے برومیلین کافی موثر ثابت ہوا ہے۔ چند مطالعوں سے یہ بھی علم ہوا ہے کہ برومیلین، انجائنا، ایتھما اور برونکائٹس کے امکانات کی کمی میں معاون رہا ہے۔

سبزیوں کا جوس: وٹامن اے اور سی کے حصول کا بڑا ذریعہ ہونے کے ساتھ ساتھ جسم میں پوٹاشیم کی کمی کو پورا کرنے میں مدد و معاون ہے۔ پوٹاشیم کی کمی کے باعث کمزوری ہوسکتی ہے۔ بھوک نہیں لگتی اور بے ہوشی طاری ہونے لگتی ہے۔ سبزیوں کے جوس کا ایک بڑا گلاس دن بھر کیلئے ضروری پوٹاشیم کی 30 فیصد مقدار مہیا کرتا ہے۔ اس کے علاوہ اس میں بیماریوں سے لڑنے والے طاقتور جز فائٹو کیمیکل کی بڑی مقدار اور کیلشیم اور فولاد کی معمولی مقدار بھی شامل ہوتی ہے۔

سرخ انگور کا جوس: اس میں بڑھتی عمر کے اثرات کو کم کرنے کی بے پناہ صلاحیت ہے اور اس کے علاوہ خون کی نالیوں کو چوڑا کر کے کھال میں خون کے بہاؤ کو بڑھانے کی صلاحیت بھی ہے۔ اس جوش میں شامل کورسی ٹین خون کو جمنے سے روکنے میں مدد دیتی ہے۔ انگور کے جوس میں ریوریٹرول شامل ہوتا ہے جو کینسر کی بیماری سے مدافعت فراہم کرتا ہے۔

کرین بیری کا جوس: اس میں وٹامن سی کی بڑی مقدار شامل ہوتی ہے اور یہ پیشاب کی نالی میں ہونے والی انفیکشن کے خاتمے کیلئے مشہور ہے۔ 60 فیصد سے زائد خواتین عمر کے کسی بھی حصے میں پیشاب کی نالی میں انفیکشن کا شکار ہوجاتی ہیں۔ مثانے یا پیشاب کی نالی کی دیواروں سے چپک کر انفیکشن پیدا کرنے والی ای کولی بیکٹیریا کا خاتمہ وٹامن سی کرتا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ نظام ہضم کی بحالی کرتا ہے اور آنتوں کے افعال کو بھی بحال کرتا ہے۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ———— طبی مشورے

ہونٹوں کا مسئلہ ❁ پیٹ بڑھ گیا ❁ بانجھ ہوں ❁ گلے میں گلٹیاں ❁ دن بدن کمزور ہو رہی ہوں ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

ہونٹوں کا مسئلہ

میرے ہونٹ بہت پھٹے ہوئے ہیں جن میں چھلنے کی وجہ سے بہت درد ہوتا ہے‘ یہ مسئلہ شروع سے ہے‘ میری عمر 20 سال ہے‘ کوئی کریم بتائیں جس سے میرے پھٹے ہونٹ ٹھیک ہو جائیں‘ میرا دوسرا مسئلہ منہ پر بے حد پسینہ آتا ہے جس کی وجہ سے چہرہ ہر وقت رگڑ کا شکار رہتا ہے۔ خون کی گردش پیروں اور ہاتھوں میں تو ٹھیک سے ہوتی ہے لیکن چہرہ پھر بھی مرجھایا ہوا رہتا ہے جبکہ منہ اور آنکھوں کے نیچے چھوٹے چھوٹے سفید دانے بھی نکلتے ہیں۔ **(ک‘ ساہیوال)**

مشورہ: شربت عناب استعمال کر کے دیکھیں۔ صبح شام ایک دو چمچے پانی میں ملا کر پئیں۔ مچھلی‘ انڈا‘ مرغی‘ گرم مصالحہ‘ گائے کا گوشت‘ ڈرائی فروٹ سے پرہیز رکھیں۔ چھلے ہوئے ہونٹوں پر حسن و جمال کریم لگا لیا کریں یا گائے کا تازہ مکھن لگائیں۔ غذا نمبر 5-4 استعمال کریں

دن بدن کمزور ہو رہی ہوں

میں نے جگر سمیت ہر ٹیسٹ کروایا ہے سب ٹھیک ہیں‘ اس کے باوجود میں دن بدن کمزور ہوتی جا رہی ہوں اور رنگت بھی کالی اور پیلی ہوتی جا رہی ہے جبکہ میری خوراک بالکل ٹھیک ہے اس کے باوجود جگر خون نہیں بناتا‘ خوراک جتنی زیادہ کھاتی ہوں اتنی ہی زیادہ صحت کمزور ہوتی جا رہی ہے۔ نیند بھی کم آتی ہے اور گرمیوں میں اجابت ٹھیک طرح نہیں ہوتی۔ اسپغول کا چھلکا اور گل قند قبض ہونے پر کھاتی ہوں۔ ان چیزوں کے ساتھ اور قبض ہو جاتی ہے۔ میری عمر 20 سال ہے۔ شادی نہیں ہوئی۔ اگر طاقت کی دوائی یا خوراک لیتی ہوں تو اجابت میں مروڑ شروع ہو جاتے ہیں۔ معدہ بھی وزنی رہتا ہے۔ گیس بھی ہے‘ یہ مرض مجھے پانچ سالوں سے ہے۔ **(ارم سلطانہ)**

مشورہ: آپ نے جو ٹیسٹ کروائے ہیں ان کی رپورٹ نہیں لکھی۔ ہمارے خیال میں آپ کی آنتوں میں سوزش ہے‘ اسپغول کا استعمال جاری رکھیں‘ اصلی گل قند غذا کے بعد کھائیں۔ صبح و شام بیلگری کا مربہ کھائیں۔ مرچ مصالحے‘ انڈا‘ مرغی مچھلی‘ آلو‘ دالوں اور کھٹائی‘ مرچ‘ مصالحے سے پرہیز رکھیں۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

پیٹ بڑھ گیا

میری عمر 54 سال ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ پیٹ بڑھ گیا ہے۔ ڈاکٹر نے کہا ہے کہ پیٹ میں چربی آگئی ہے الٹرا ساؤنڈ بھی کروایا رپورٹ ٹھیک ہے۔ آپ نے پہلے جوارش کمونی کبیر لکھی تھی مگر مجھے شوگر بھی ہے۔ اس لیے نہیں کھائی‘ شوگر کی وجہ سے بہت دبلی ہو گئی ہوں اس کی دوا روزانہ کھاتی ہوں‘ شوگر ٹیسٹ کرواتی رہتی ہوں عموماً تو نارمل رہتی ہے لیکن کبھی کبھی یہ کم بھی ہو جاتی ہے۔ قبض بہت رہتا ہے میں چاہتی ہوں کہ جسم پر گوشت چڑھ جائے اور شوگر کی وجہ سے زیادہ نقصان نہ ہو‘ اس کی بھی کوئی دوا بتا دیں‘ آپ موٹا ہونے کیلئے بکرے کا گوشت‘ دیسی گھی‘ مکھن اور دوسری چیزیں بتاتے ہیں اگر کوئی یہ چیزیں خریدنے کی قوت نہ رکھ سکے تو وہ کیا کرے۔ چائے میٹھی نہیں پیتی شوگر کیلئے پرہیز بھی کرتی ہوں۔

(فہمیدہ۔ نیو کراچی)

مشورہ: شوگر کے مریضوں کیلئے ہمارا مشورہ ہے کہ وہ مناسب وقفوں سے اپنے معالج کی ہدایت کے مطابق خون میں شوگر یا باقاعدہ لیبارٹری سے ٹیسٹ کروائیں جس میں وہ سرنج میں خون لیکر شوگر ٹیسٹ کرتے ہیں۔ شوگر کے مریضوں کو باقاعدہ واک یا ورزش کی بھی ضرورت ہوتی ہے جو اپنے معالج کی زیر ہدایت لازمی کرنی چاہیے۔ پیٹ چھوٹا کرنے کیلئے ورزش یا واک بہت مفید ہے۔ جسم کی نشوونما اور تعمیر میں صرف غذا کا کردار ہے۔ دوا کا اس سے کوئی تعلق نہیں جسم کا میٹریل غذا اور صرف غذا ہے۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

پتے میں پتھری

میری والدہ کی عمر 56 سال ہے‘ انہیں شوگر‘ بلڈ پریشر‘ دل کا عارضہ اور پتے میں پتھری ہے۔ اس کے ساتھ ہی وہ ہیپاٹائٹس بی کی بھی مریضہ ہیں‘ ہفتے میں دو مرتبہ ان کا ڈائیلسز بھی ہوتا ہے۔ چار مہینوں سے شدید خارش کا مسئلہ درپیش ہے۔ پورے جسم میں خارش ہوتی ہے‘ خارش کی وجہ سے خون بھی نکل آتا ہے زخم سوکھتے بھی نہیں کہ دوبارہ خارش ہوتی ہے‘ ڈاکٹر دوائیں بدل بدل کر تھک گئے ہیں لیکن کوئی افاقہ نہیں ہوا جب تک امی ٹھنڈی ہوا میں رہتی ہیں تب تک خارش کم ہوتی ہے خارش کرنے سے امی کی انگلیاں اور بازو میں تکلیف رہنے لگی ہے۔ **(زہرہ۔ جہلم)**

مشورہ: اصلی سفید صندل کا پاؤڈر جو اسی مقصد کیلئے ہوتا ہے جسم پر خارش کی جگہ پر ملیں‘ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ گرم چیزیں نہ کھائیں۔ سفید سوتی لباس پہنیں۔ کیمیکلز سے دور رہیں۔ باقی علاج جو کر رہے ہیں وہ کرتے رہیں۔ ایسے پیچیدہ امراض میں مقامی معالج سے روبرو مشورہ مفید ہے۔

سانس میں پریشانی

گرمی میں سانس آنا بند ہو جاتا ہے۔ چھاتی میں بلغم ہے۔ اس کا ایکسرے بھی کروایا تھا‘ ڈاکٹر نے کہا سب ٹھیک ہے مگر چھاتی میں بلغم ہے جس کی وجہ سانس لینے میں مشکل ہوتی ہے کوئی ایسا علاج بتا دیں جس سے بلغم باہر آجائے۔ میرے جسم میں گرمی برداشت کرنے کی طاقت بہت کم ہے‘ ٹھنڈی چیزیں میں استعمال نہیں کر سکتا۔ **(رانا محمد فرقان‘ ملتان)**

مشورہ: ایک چمچی سالم اسپغول ایک کپ پانی میں بھگو دیں شربت بنفشہ ایک اونس ملا کر پی لیں۔ غذا میں بکرے کا گوشت‘ کدو‘ تری‘ لوکی‘ شلغم میں سے کسی سبزی میں ڈال کر پکا کر روٹی سے کھا لیں۔ غذا نمبر 5-4 استعمال کریں۔

بانجھ ہوں

سات سال شادی کو ہو گئے۔ ہماری محبت کی شادی ہے۔ تعلیم یافتہ ہوں‘ خوبصورت سمارٹ ہوں۔ ایتھلیٹ رہی ہوں۔ شوہر مجھ سے بھی زیادہ خوبصورت سمارٹ ہیں‘ کھلاڑی رہے ہیں۔ بڑے ادارے کے مالک ہیں۔ ہماری بدنصیبی یہ ہے کہ میں بانجھ ہوں‘ ڈاکٹروں گائناکولوجسٹ اسپیشلسٹ کی یہی رائے ہے باہر بھی گئے ہیں وہاں سے بھی یہی رائے ملی ہے۔

(ثانیہ محمود...... لاہور)

مشورہ: ایک بہت مفید اور اکسیری نسخہ آپ کی اور قارئین کی نذر ہے۔ قلب حجر اصلی' بیخ مرجان عمدہ ہم وزن پہلے الگ الگ ہاون دستے میں سفوف بنالیں پھر سماق کی کھرل میں بھی ہم وزن دونوں کو ڈال کر عرق گلاب میں اس قدر کھرل کریں کہ پشتہ بن جائے۔ ہفتہ بھر کھرل کرنا کافی ہے۔ پھر وزن کرکے چار چار رتی کی پڑیاں بنالیں۔ ایام سے فراغت کے بعد صبح و شام ایک ایک پڑیا پانی سے پھانکیں مگر صرف سات دن تک۔

نیلے ناخن

میرے ناخن خاص طور پر پیروں کے ناخن نیلے رہتے ہیں۔ جب میں کراچی یا لاہور جاتا ہوں تو یہ ٹھیک ہوجاتے ہیں مگر جب نتھیا گلی واپس آتا ہوں تو پھر نیلے نیلے ہوجاتے ہیں اس کی کیا وجہ ہے۔ **(محمد عباس.....نتھیا گلی)**

مشورہ: معلوم ہوتا ہے آپ میں خون کی مقدار کم ہے یا جسم میں سردی کی کیفیت زیادہ ہے۔ لونگ عمدہ قسم کی ایک حصہ دارچینی دو حصہ کوٹ چھان کر سفوف بنا کر ایک چٹکی دن میں تین بار غذا کے بعد کھائیں' چاول' دودھ' دہی لسی' سبزی نہ کھائیں۔ غذا نمبر 2-3 استعمال کریں۔

گلے میں گلٹیاں

میری تین بیٹیاں ہیں' ایک بیٹا ہے' بیٹے کی عمر سات سال ہے۔ بیٹیاں ٹھیک ہیں۔ بیٹے کے گلے میں گلٹیاں ہیں۔ ڈاکٹر ٹی بی گلینڈ بتاتے ہیں۔ حکیم لوگ کنٹھ مالا ہجیر ان بتاتے ہیں۔ ان میں پہلے پانی کی طرح کا چیپ سا تھا اب کچا لہو اور پیپ بہنے لگی ہے۔ ڈاکٹری علاج جاری ہے۔ آپ کوئی لگانے کا مرہم بتادیں۔ **(جمال آفریدی۔کوٹ ادو)**

مشورہ: مرہم سکونی زخموں کو صاف کرکے دن میں ایک بار لگائیں۔ اللہ تعالیٰ اپنا فضل کریں گے۔

بادی بواسیر اور قبض دائمی

بحری جہاز پر ملازم ہوں۔ ہفتوں' مہینوں سمندر میں ہوتا ہوں۔ سال بعد گھر واپسی ہوتی ہے جب سے جہاز پر چڑھا ہوں قبض ہے' کوئی دوا لیتا ہوں تو قبض ختم ہوجاتا ہے مگر پھر دوبارہ ہوجاتا ہے۔ بادی بواسیر بھی ہے' مسے ہیں' کوئی دوا بتائیں جو میں جہاز میں ساتھ رکھوں اور کھاتا رہوں' قبض اور بواسیر کو مفید ہے۔

(عبدالرحمٰن' ٹوبہ ٹیک سنگھ)

مشورہ: جوہر شفائے مدینہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ اس کے ساتھ ہاضم خاص بھی لیں تو فوائد زیادہ ہوں گے۔ غذا نمبر 5-6 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ ہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین' جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقیٰ)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، الیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگو گوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

پاؤں کی دیکھ بھال اور آپکی صحت

فائزہ سلیم

بعض خواتین فیشن کی خاطر اپنے آرام اور سکون کو خاطر میں نہیں لاتیں جس کے نتیجے میں پیروں میں گٹے پڑ جاتے ہیں۔ جلد سخت اور موٹی ہوجاتی ہے۔ پاؤں میں موچ آجاتی ہے۔ کمر میں درد شروع ہوجاتا ہے حتیٰ کہ ٹخنے کے جوڑوں میں درد رہنے لگتا ہے

پیر غالباً ہمارے جسم کا وہ حصہ ہیں جنہیں سب سے زیادہ نظر انداز کیا جاتا ہے حالانکہ وہ نہ صرف ہمارے پورے وزن کو متوازن رکھتے اور سہارتے ہیں بلکہ زندگی بھر ہم جتنا چلتے پھرتے ہیں اس دوران جو بھی دباؤ یا کھنچاؤ پڑتا ہے یہ اسے بھی برداشت کرتے اور جذب کرتے ہیں۔

ہر پیر ہڈیوں، جوڑوں، مختلف قسم کے عضلات، مسلز، ٹشوز اور دیگر اجزاء کا ایک مکمل اور بھرپور میکنزم ہوتا ہے لیکن عام قسم کے پیروں کے مسائل پھر بھی درپیش آجاتے ہیں خاص طور پر ان لوگوں میں جو مستقل کسی سرگرمی، کام کاج، ملازمت، کاروبار، کھیل کود یا تفریح میں حرکت کرتے رہتے ہیں۔

ایک عام آدمی ایک دن میں 3000 سے لے کر 10 ہزار تک قدم اٹھاتا ہے اور اپنی پوری زندگی میں لگ بھگ 77000 میل چلتا یا دوڑتا ہے۔

تھکے ہوئے اور مشقت کیے ہوئے پیر، جسم، ذہن اور روح پر اثرانداز ہوتے ہیں جس کے لیے پیروں کا غسل یعنی فٹ باتھ ایک اہم معالجاتی تدبیر ہے۔

ایک لمبی چہل قدمی یا سفر کے بعد پیروں میں سوجن آنے لگتی ہے۔ لہٰذا انہیں ہلکے گرم پانی میں اپسم سالٹ ملا کر بھگوئے رکھیں۔

اگر آپ کے پیروں میں پسینہ آتا ہے تو پھر پانی میں یا تو یورک پاؤڈر یا پھٹکڑی ملا دیں اور دس منٹ بعد انہیں پونچھ کر خشک کرلیں اور ان پر ٹالکم پاؤڈر چھڑک لیں۔

اگر پیروں سے بدبو آتی ہے تو پھر فٹ باتھ میں تھوڑا سا سپیشل آئل ملا دیں جیسے کہ گلاب لونگ یا لیونڈر کے چند قطرے اور پھر ان کے خشک ہونے کے بعد یوڈی کلون کی مالش کرلیں۔

تھکے ہوئے پیروں کیلئے پانی میں کسی جڑی بوٹی کو ملا کر گرم کرلیں جیسے کہ نیم یا پودینہ جو کہ بے حد تسکین اور آرام پہنچاتے ہیں۔

سر درد اور ذہنی ٹینشن میں سکون حاصل کرنے کیلئے ایسے گرم پانی میں پیر ڈبوئیے جس میں تازہ ادرک کا عرق یا تازہ لیموں کا عرق شامل کیا گیا ہو۔

کاسٹر آئل اور لیموں کے عرق کی برابر کی مقدار مکس کرلیں اور اس کی پنجوں اور ایڑیوں پر مالش کریں تاکہ سخت کھال نرم ہوجائے اور اسے بائی کاربونیٹ آف سوڈا ملے گرم پانی سے دھولیں۔

فنگل اور بیکٹیریائی مسائل کے لیے پانی میں کچلے ہوئے لہسن کے جوئے اور تھوڑا سا سرکہ استعمال کریں۔

پانی میں چائے کی پتی ملا کر اس کا جوہر نکال لیں اور اس میں تلسی کے چند پتے ملا کر پانی کو گرم کرلیں۔ پھر اس پانی میں پندرہ منٹ تک پیر ڈبوئے رکھیں۔ اس سے پیروں میں کھجلی یا جلن اور تپش کی کیفیت سے نجات مل جائے گی۔

ہمیشہ نرم اور باآسانی کھنچ جانے والے میٹریل کے عمدہ فٹنگ کے جوتے استعمال کریں جو آپ کے پیروں کی ساخت اور شیپ سے مطابقت رکھتے ہوں۔ اس بات کی یقین دہانی کرلیں کہ آپ کے پیر کی گولائی اس سلیپر، سینڈل یا جوتے میں صحیح طور پر بیٹھ جائے جس کا آپ نے انتخاب کیا ہے۔ ایسی سادہ لوحی اور بھولپن کا مظاہرہ کرکے بے وقوف نہ بن جائیں کہ سیلز مین آپ سے یہ کہہ کر ایک نمبر سائز کا چھوٹا جوتا آپ کو تھما دے کہ استعمال سے یہ کھل جائے گا اور آپ کو بہتر فٹ آجائے گا۔ ایسا کبھی نہیں ہوتا۔ جوتا کبھی نہیں کھنچتا اور آپ کو اسے پہن کر چلنے پھرنے میں ہمیشہ دشواری اور پریشانی ہوتی ہے۔

بعض خواتین فیشن کی خاطر اپنے آرام اور سکون کو خاطر میں نہیں لاتیں جس کے نتیجے میں پیروں میں گٹے پڑ جاتے ہیں۔ جلد سخت اور موٹی ہوجاتی ہے۔ پاؤں میں موچ آجاتی ہے۔ کمر میں درد شروع ہوجاتا ہے حتیٰ کہ ٹخنے کے جوڑوں میں درد رہنے لگتا ہے۔

بہت سی خواتین ہائی ہیل میں اپنے پیروں کو زیادہ گریس فل اور مسحور کن تصور کرتی ہیں اور ان کے خیال کے مطابق ایڑیوں کی کھٹ کھٹ ان کے حسن میں اضافہ کرتی ہے۔

لیکن ڈاکٹر/فزیشن ٹانگوں کی کرکری ہڈی کو نقصان پہنچانے کا الزام اونچی ایڑھی کے جوتوں کو دیتے ہیں جو آگے جاکر جوڑوں کی تباہ کن بیماری اوسٹیو آرتھرائٹس کا سبب بن جاتے ہیں اور وہ اس بات کی تاکید کرتے ہیں کہ اگر آپ اپنے پیروں پر لمبے عرصے تک قائم رہنا چاہتے ہیں تو آپ یا تو کم ہیل کے جوتے یا فلیٹ قسم کے جوتے پہنا کریں۔

پیروں کی تکالیف سے تحفظ کیلئے (جیسے کہ بد گوشت اور گٹے پڑ جانا ہیں) اور دیگر مسائل جیسے کہ جوڑوں کا درد ذیابیطس اور گٹھیا کا مرض ہیں جو عام طور پر ان میں ہوجاتے ہیں، پیروں کا تحمل کے ساتھ مساج اور ورزش فائدہ مند ہوتے ہیں۔

بد گوشت اور گٹے وہ مردہ سخت جلد ہوتی ہے جو کہ جوتے کی بے تحاشہ رگڑ اور دباؤ کے سبب پیدا ہوتی ہے۔ گٹے وہ مخروطی قسم کے تکلیف دہ ابھار ہوتے ہیں جو کہ پنجوں کے اوپر اور درمیان میں تشکیل پاتے ہیں جبکہ بد گوشت پیر کے پہلو میں اور پیر کے تلوے میں تشکیل پاتا ہے اور یہ گٹے سے زیادہ بڑا ہوتا ہے اور اس میں مرکزی حصہ نہیں ہوتا۔

مردہ کھال کی پرت اتارنے کیلئے اس پر نیچے سے ایڑی کی جانب تیل کی مالش کریں۔ یا ایک کھانے کا چمچہ دہی لے کر اس میں چند قطرے سرکہ ملا دیں اور اس سے جھاڑو دینے والے انداز میں لمبا مساج کرتے رہیں اور پنجوں کو ہلکا سا جھٹکا دیں۔ پھر چنے کے آٹے سے دھو کر صاف کرلیں یا پھر صابن اور جھانواں پتھر سے رگڑ کر صاف کرلیں۔

گرمیوں میں نرم اور لچکدار کھلے ہوئے سینڈل پہنیں تاکہ پیر آرام دہ اور ٹھنڈے رہیں اور سردیوں کے موسم میں بند جوتے اور کاٹن یا قدرتی فائبر کے موزے یا اسٹاکنگز استعمال کریں کیونکہ اس سے پیروں کو سانس لینے میں آسانی رہتی ہے اور یہ جلد کو گرم اور خشک رکھتے ہیں۔ گٹوں اور بد گوشت کو کاٹنے سے گریز کریں۔ پیر چونکہ خون سپلائی کرنے کے مرکز سے خاصے فاصلے پر ہوتے ہیں اس لیے انہیں ورزش کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ دوران خون کو فروغ مل سکے۔

جب آپ بیٹھے ہوئے ہوں تو اپنے پنجوں کو ادھر ادھر ہلائیں اور اپنے ٹخنے کو کلاک وائز سمت میں گھمائیں۔ پیروں کو لچک دیتے ہوئے پیر کے سامنے کی سمت رول کریں اور پھر واپس ایڑی کی جانب۔ تقریباً ایک فٹ اسٹول رکھ کر اپنے پنجوں کو مضبوطی سے اس کے کنارے پر گھمائیں اور پھر چھوڑ دیں۔ یہ چند مرتبہ دہرائیں۔ اپنی پیٹھ کے بل لیٹ جائیں اور پیروں کو سیدھا پھیلا دیں اور پنجوں کو پھیلانے کی کوشش کریں۔ دونوں پیر ملا کر کھڑے ہوجائیں اور پنجوں کے بل دھیرے دھیرے اوپر اٹھتے جائیں۔ پھر ایڑھیاں نیچے ٹکا دیں۔ اس طرح کئی بار اوپر نیچے ہوں۔

مرسلہ محمد اکرم کمبوہ، کراچی

ہاتھ اٹھاتے ہی قبولیت ہوگئی

نہ جانے ان کی دعا میں کیا تاثیر تھی کہ ابھی دعا مانگ ہی رہے تھے کہ مسجد کے دروازے پر ایک آدمی ایک خوان لیے کھڑا نظر آیا اور تینوں بزرگوں کا نام لے کر ان کے بارے میں دریافت کرنے لگا۔ یہ بڑے حیران ہوئے کہ پورے بغداد میں ہمیں جاننے والا تو کوئی بھی نہیں ہے۔

مشہور محدث اور مورخ حافظ ابن کثیر رحمۃ اللہ علیہ نے ’’البدایہ والنہایہ‘‘ میں ایک واقعہ نقل کیا ہے کہ روسی ترکستان کی طرف تین بزرگ رہتے تھے اور تینوں کا نام محمد تھا۔ ایک محمد بن جریر طبری جن کی تفسیر تفسیر ابن جریر کے نام سے مشہور ہے اور دوسرے محمد بن خزیمہ جو بہت بڑے محدث ہیں اور ان کی حدیث کی ایک مشہور کتاب ہے اور تیسرے محمد بن نصر المروزی جو کہ بہت بڑے محدث ہیں قیام اللیل کے نام سے ان کی ایک تصنیف مشہور ہے۔

ان تینوں نے ابتدا میں اپنے شہر میں رہ کر علم حاصل کیا لیکن انہوں نے سن رکھا تھا کہ بڑے بڑے علماء محدثین، فقہاء اور مفسرین عراق کے دارالخلافہ بغداد میں رہتے ہیں۔ چنانچہ ان سے علم حاصل کرنے کا شوق ہوا لیکن کہاں ترکستان اور کہاں بغداد و عراق؟ بالآخر سفر کے ارادے سے جو کچھ بھی زادسفر تھا لے کر بغداد کے طرف چل پڑے۔ خدا جانے کسی گھوڑے یا اونٹ پر یا پیدل ہی سفر طے کیا ہوگا۔

مہینوں کا سفر طے کرنے کے بعد ایسی حالت میں بغداد پہنچے کہ زادسفر ختم ہو چکا تھا۔ ایک حبہ بھی کھانے کیلئے موجود نہ تھا اور اس پر طرہ یہ کہ بغداد میں کوئی جاننے والا بھی نہیں کہ اسی کے پاس جا کر ٹھہر جائیں۔ شہر کے کنارے ایک مسجد تھی اس میں جا کر ٹھہر گئے اور آپس میں مشورہ کیا کہ زادسفر تو ختم ہو گیا ہے اور آگے جانے سے پہلے کھانے پینے کا بندوبست کرنا ہے اس لیے کہیں مزدوری کرتے ہیں تا کہ کچھ پیسے حاصل ہو جائیں اور کھانے پینے کا سامان مل جائے پھر کسی عالم کے پاس جا کر علم حاصل کریں گے۔ چنانچہ یہ مزدوری کی تلاش میں نکلے لیکن کہیں مزدوری نہیں ملی سارا دن چکر لگا کر واپس آ گئے۔ اسی حال میں تین دن فاقے کے گزر گئے اور کام نہ ملا۔ بالآخر تینوں نے مشورہ کیا کہ ایسی حالت ہوگئی ہے کہ اب اگر کچھ کھانے کو نہ ملا تو جان جانے کا اندیشہ ہے اور اس حال میں اللہ تعالیٰ نے سوال کرنے کو جائز قرار دیا ہے لہٰذا اب سوائے سوال کرنے اور کسی کے پاس جا کر اپنی حالت بیان کرنے کے کوئی چارہ کار نہ تھا۔

یہ تینوں بزرگ ایسے تھے کہ ساری عمر انہوں نے ایسا کام نہیں کیا تو انہوں نے کہا کہ ہم میں سے ایک جا کر یہ کام کرے۔ پھر سوال ہوا کہ کون کرے؟ تو قرعہ ڈالنے کی تجویز پر عمل کیا گیا۔ اس میں سے محمد بن جریر طبری رحمۃ اللہ علیہ کا نام آیا۔

محمد بن جریر رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ قرعہ میں نام نکلنے کی وجہ سے جانا تو پڑے گا لیکن جانے سے پہلے دو رکعت نفل پڑھنے کی مہلت دیدو۔ چنانچہ انہوں نے اجازت دیدی اور نماز پڑھنے کے بعد اللہ سے دعا مانگی کہ اے اللہ! یہ ہاتھ آج تک آپ کی بارگاہ کے علاوہ کسی کے سامنے نہیں پھیلے۔ آج ایسی مجبوری آپڑی ہے کہ اگر آپ نے اپنے فضل سے کوئی راستہ نکالا تو یہ ہاتھ کسی دوسرے کے سامنے نہیں پھیلے گا کیونکہ آپ ہر چیز پر قادر ہیں۔

نہ جانے ان کی دعا میں کیا تاثیر تھی کہ ابھی دعا مانگ ہی رہے تھے کہ مسجد کے دروازے پر ایک آدمی ایک خوان لیے کھڑا نظر آیا اور تینوں بزرگوں کا نام لے کر ان کے بارے میں دریافت کرنے لگا۔ یہ بڑے حیران ہوئے کہ پورے بغداد میں ہمیں جاننے والا تو کوئی بھی نہیں ہے۔ ہم تو اجنبی اور مسافر ہیں، اس نے کہا کہ آپ کیلئے حاکم بغداد نے کھانا بھیجا ہے انہوں نے کہا کہ کھانا تو ہم بعد میں لیں گے لیکن یہ بتاؤ کے حاکم سے ہمارا کیا تعلق؟؟؟

تحقیق کرنے پر معلوم ہوا کہ آج رات جب بغداد کا حاکم سویا تو اسے خواب میں حضور نبی کریم ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی اور آپ ﷺ نے اس سے فرمایا کہ تم کیسے حاکم ہو؟ تمہارے شہر کے اندر ہمارے تین مہمان ہیں، اس حال میں کہ ان پر تین دن سے فاقہ ہے اور ان کے کھانے کا کوئی انتظام نہیں۔ آنحضرت ﷺ نے ان کا پورا پتہ اور نام بھی بتا دیا۔

اس کے بعد حاکم بغداد نے بیدار ہونے کے بعد پہلا کام یہ کیا کہ مجھے یہ کھانا دے کر آپ حضرات کی خدمت میں بھیجا ہے۔ یہ ابھی دعا سے فارغ نہ ہوئے تھے اللہ تعالیٰ نے یہ انتظام فرما دیا۔

اصل بات تو یہ ہے کہ یہاں مانگنے کی دیر ہے اور حقیقت میں ہم مانگنا بھی نہیں جانتے۔ مانگنا آجائے تو اللہ تعالیٰ عطا فرماتا ہے۔

کوئی جو ناشناس عطا ہو تو کیا علاج؟
ان کی نوازشوں میں تو کوئی کمی نہیں

مولانا وحیدالدین خان

رسک میں کامیابی ہے

آدمی اگر خطرات کا سامنا نہ کرے وہ رسک کی صورتوں سے دور رہے تو وہ سست اور کاہل انسان بن جائے گا

انگریزی کا مثل ہے کہ رسک نہیں تو کامیابی بھی نہیں۔ یہاں سوال یہ ہے کہ رسک اور خطرات کیوں آدمی کو کامیابی اور ترقی کی طرف لے جاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ رسک آدمی کی قوتوں کو جگاتا ہے۔ وہ ایک معمولی انسان کو غیر معمولی انسان بنا دیتا ہے۔

آدمی اگر خطرات کا سامنا نہ کرے، وہ رسک کی صورتوں سے دور رہے تو وہ سست اور کاہل انسان بن جائے گا۔ اس کی فطری صلاحیتیں خوابیدگی کی حالت میں پڑی رہیں گی۔ وہ ایسا بیج ہوگا جو پھٹا نہیں کہ درخت بنے اور وہ ایسا ذخیرہ آب ہوگا جس میں موجیں نہیں اٹھیں جو طوفان کی صورت اختیار کرے۔

مگر جب آدمی کو خطرات پیش آتے ہیں جب اس کی زندگی رسک کی حالت سے دوچار ہوتی ہے تو اس کی شخصیت کے اندر چھپی ہوئی فطری استعداد جاگ اٹھتی ہے۔ حالات کا دباؤ اس کو مجبور کر دیتا ہے کہ وہ متحرک ہو جائے اور اپنی ساری قوت طاقت اپنے کام میں لگا دے۔

ہر آدمی کے اندر اتھاہ صلاحیتیں ہیں مگر یہ صلاحیتیں ابتدائی طور پر سوئی ہوئی ہوتی ہیں۔ وہ کبھی جگائے بغیر نہیں جاگتیں۔ ان صلاحیتوں کو جگانے کا ایک ہی طریقہ ہے وہ یہ کہ انہیں چیلنج سے سابقہ پیش آئے۔ انہیں خطرات کا سامنا کرنا پڑے۔

عافیت کی زندگی بظاہر سکون کی زندگی ہے مگر عافیت کی زندگی کی یہ مہنگی قیمت دینی پڑتی ہے کہ آدمی کی شخصیت ادھوری رہ جائے۔ وہ اپنی امکانی ترقی کے درجہ تک نہ پہنچ سکے۔

یہ دنیا چیلنج کی دنیا ہے یہاں وہی لوگ کامیاب ہوتے ہیں جو چیلنج کا سامنا کرنے کا حوصلہ رکھتے ہوں۔ یہ صفت کسی آدمی کے اندر جتنی زیادہ ہوگی اتنی ہی زیادہ بڑی کامیابی وہ اس دنیا میں حاصل کرے گا۔

رشتے میں رکاوٹ دور کرنے کیلئے

اگر کسی کے رشتے میں کوئی رکاوٹ ڈال رہا ہو تو سورۃ اخلاص ہر نماز کے بعد دس مرتبہ پڑھ کر رکاوٹ ڈالنے والے کو ذہن میں رکھ کر پھونکیں۔ انشاء اللہ رکاوٹ بہت جلد دور ہو جائے گی۔ یہ عمل میں نے جس کسی کو بھی بتایا اس کو یقینی فائدہ ہوا ہے۔ **(ایک بہن، ڈیرہ غازیخان)**

مردوں کی جوانی صدابہار کیسے رہے؟

ژووَئی یانگ (ہانگ کانگ)

بری صحت کا سبب انسان خود نہیں ہوتا بلکہ اس کی ایک اہم وجہ اس کے اردگرد کا ماحول ہوتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں مرد کی طاقت کو سراہا جاتا ہے لہٰذا بہت سے مرد حضرات یہ سمجھتے ہیں کہ ڈاکٹر کے پاس جانا ان کی شان کے خلاف ہے جب تک وہ زخمی یا بیمار نہ ہوں

مردوں اور عورتوں کی تفریق ہر معاشرے میں دیکھنے کو ملتی ہے لیکن عوامی شعور میں کمی کے باعث یہ تفریق چند چیزوں تک ہی محدود ہے لیکن سائنس کی دنیا میں اس تفریق سے بہت سی باتیں جڑی ہوئی ہیں انہیں میں سے ایک اہم اور غور طلب مسئلہ مردوں کی کم عمریا زندگی کا ہے۔

سائنسی تحقیق نے یہ ثابت کیا ہے کہ عورتوں کی نسبت مردوں کی عمر کم ہوتی ہے اور زیادہ تر مرد اپنی صحت کی خرابی کے باعث موت کی وادی میں چلے جاتے ہیں۔ مردوں کے روزگار کا انداز اور ضروریات بھی مختلف ہوتی ہیں بعض خطرناک اور محنت طلب پیشے مردوں کے روزگار ہوتے ہیں یہی وجہ ہے کہ 93 فیصد مرد دوران کام یعنی نوکری کے دوران ہی فوت ہو جاتے ہیں کیونکہ ہمارے معاشرے میں مرد کو سخت جان تصور کیا جاتا ہے اور محنت و مشقت والے تمام کام مردوں کیلئے وقف ہیں۔

دوسری وجہ مردوں کی صحت سے تعلق رکھتی ہے اور عورتوں کی نسبت مردوں میں صحت کی خرابی زیادہ دیکھنے کو ملتی ہے۔

ورلڈ ہیلتھ آرگنائزیشن کے تحقیقی مطالعے سے واضح ہوجاتا ہے کہ مردوں میں شرح اموات عورتوں کی نسبت زیادہ ہے اور ان کی عمریں کم ہیں۔ اب ہم ان وجوہات کو دیکھتے ہیں جو مردوں کی صحت کو متاثر کرتی ہیں۔

مرد طاقتور ہوسکتا ہے لیکن صحت مند نہیں

یہ بات کافی حد تک درست ہے۔ اگرچہ مرد طبعی طور پر عورتوں سے زیادہ طاقتور ہوتے ہیں لیکن ضروری نہیں کہ وہ صحت مند بھی ہوں۔ اسی لیے وہ جلد ہی موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔ ملائیشیا کے ماہر ڈاکٹر ڈاٹو کی نگرانی میں کی جانے والی تحقیق کے مطابق 60 سال تک کے عرصے میں مردوں کی آبادی عورتوں کی نسبت زیادہ ہوتی جبکہ 60 سال کی عمر کے بعد اس تعداد میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔ آہستہ آہستہ عورتوں کی آبادی میں اضافہ ہوجاتا ہے یعنی عورتوں کی عمریں زیادہ لمبی ہوتی ہیں۔ اس تحقیق کے نتیجے کے طور پر یہ بیان کیا گیا کہ 60 سال کی عمر کے بعد مردوں کی زندگی کا تعین پانچ سال کم ہوجاتا ہے۔

مختلف بیماریوں کا حملہ

تحقیقی مطالعے کے مطابق مغربی ممالک میں تقریباً 82 فیصد لوگ ہر سال اپنا طبی معائنہ کراتے ہیں جبکہ ملائیشیا میں یہ تعداد صرف 38.4 فیصد تھی جو گزشتہ سال اپنا معائنہ کراچکی ہے۔ بہت سے لوگ صرف سیڑھیاں چڑھنے سے فٹ نہیں رہ سکتے اور بعض لوگ مختلف بیماریوں سے مقابلہ کی قوت نہ ہونے کی وجہ سے متاثر رہے۔

ملائیشیا میں 25 سے 64 سال کی عمر کے درمیانی عرصے میں عورتوں کی نسبت مردوں کی اموات تین گنا زیادہ ہیں۔ جن میں سے زیادہ مرد دل کا دورہ پڑنے سے ہلاک ہوئے کچھ مرد خودکشی اور ایڈز کی وجہ سے فوت ہوگئے۔ بعض مردوں میں کینسر اور جگر کی شکایات سے موت واقع ہوئی۔

مردوں کی غلط سوچ

بری صحت کا سبب انسان خود نہیں ہوتا بلکہ اس کی ایک اہم وجہ اس کے اردگرد کا ماحول ہوتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں مرد کی طاقت کو سراہا جاتا ہے لہٰذا بہت سے مرد حضرات یہ سمجھتے ہیں کہ ڈاکٹر کے پاس جانا ان کی شان کے خلاف ہے جب تک وہ زخمی یا بیمار نہ ہوں انہیں ایسا کرکے وقت ضائع نہیں کرنا چاہیے۔ حالانکہ طبی معائنہ ان کے جسم کی ڈیمانڈ ہوتی ہے۔

کھانے میں لاپرواہی

ایک اور بڑی اور اہم وجہ مردوں کی کھانے پینے میں لاپرواہی ہے۔ مرد اپنی خوراک کا اتنا خیال نہیں رکھتے جتنا خواتین۔ عورتوں کی نسبت مرد کم سے کم پھل کھاتے ہیں ان کی خوراک میں چکنائی کا عنصر زیادہ پایا جاتا ہے۔ وہ سگریٹ نوشی کا کثرت سے استعمال کرتے ہیں۔ ان کی روزمرہ غذا توانائی کی صحیح مقدار جسم کو فراہم کرنے سے قاصر ہوتی ہے۔ وقت بے وقت کھانے کی بری عادت بھی مردوں کی کم عمری کا باعث بنتی ہیں۔

ذہنی دباؤ

مردوں کی کم عمری کا باعث بہت حد تک ذہنی دباؤ بھی ہوتا ہے نہ صرف کام کی ٹینشن انہیں پریشان کرتی ہے بلکہ معاشرتی اور سماجی حالات بھی اعصاب کو متاثر کرتے ہیں۔

سکون آور ادویات

عورتوں کی نسبت مردوں کی کثیر تعداد ایسی سکون آور ادویات کا استعمال بھی کرتی ہے جو آہستہ آہستہ ان کی جسمانی صحت متاثر کردیتی ہیں اور وہ زندگی کی رعنائیوں سے جلد دور ہوجاتے ہیں۔

نشہ آور اشیاء کا استعمال

مرد حضرات بکثرت سگریٹ نوشی کی عادت میں گھرے رہتے ہیں جو نہ صرف ان کی صحت کی خرابی کا باعث بنتے ہیں بلکہ دماغ کے اعصاب بھی اس کی وجہ سے اپنا کام کرنا چھوڑ دیتے ہیں۔

مردوں میں صحت کے حوالے سے یہ مختلف اہم باتیں بیان کی گئی ہیں تاکہ وہ لوگ جو صحت کے شعور سے لاعلم ہیں ان تمام چیزوں کے استعمال میں احتیاط سے کام لیں اور زندگی کی اہمیت کو سامنے رکھتے ہوئے غفلت نہ برتیں۔ ان وجوہات کے علاوہ نیند کی خرابی کھانے میں بے احتیاطی' ورزش میں کمی جیسے مسائل بھی مردوں کی عمر گھٹانے کا باعث بنتے ہیں۔

سائنس کی دنیا میں دعا کی اہمیت

ڈاکٹر اعراف، کراچی

بیماری ہی نہیں کسی اور مشکل میں بھی اہل ایمان، مہربان اور رحیم و کریم اللہ سے ہی مدد طلب کرتے ہیں۔ یہ پکار دل کی گہرائیوں سے آپ ہی آپ نکلتی ہے اور پھر یہ مشکلات میں چارہ گر دوست، بیماری میں دردمند ماہر طبیب اور درد سے کراہتے انسانوں کیلئے مہربان نرس کی توجہ بن جاتی ہے

بیماری ہو یا کوئی اور ابتلا، ایک غیبی طاقت انسان کو بڑی شفقت اور قوت کے ساتھ امید کے راستے پر چلاتی ہے۔ یہیں سے ہر مشکل کے حل کی تلاش، سلامتی اور بقا کی جدوجہد اور مرض کے علاج کی تدبیر سلجھائی دیتی ہے۔ گویا اللہ پر بھروسے اور سہارے کے بغیر نہ تو کوئی معالج، معالج رہتا ہے اور نہ کوئی چارہ گر چارہ گر۔ علاج اور شفاء کیلئے اللہ تعالیٰ پر بھروسے اور اس کی اعانت کی اس قدر ضرورت ہوتی ہے جتنی کے دوا اور مادی تدابیر کی۔ دعا اور اللہ پر کامل بھروسہ معالج کیلئے بھی اتنا ہی ضروری ہے جتنا مریض کیلئے۔

ماہرین نفسیات وبشریات اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ اللہ تعالیٰ سے مدد طلبی میں بڑی گہری قوتیں پنہاں ہیں۔ ان سے نہ صرف سہارا، امید اور رفاقت کا احساس ملتا ہے بلکہ امراض کا حیرت انگیز تدارک اور مرض کی صورت میں معجزانہ شفاء بھی حاصل ہوتی ہے۔ اس کا یہ مطلب ہوا کہ دوا پر باقاعدگی سے عمل کے ساتھ ساتھ دعا کا ورد بھی بہت کارآمد اور ضروری ہے۔

بیماری ہی نہیں کسی اور مشکل میں بھی اہل ایمان، مہربان اور رحیم و کریم اللہ سے ہی مدد طلب کرتے ہیں۔ یہ پکار دل کی گہرائیوں سے آپ ہی آپ نکلتی ہے اور پھر یہ مشکلات میں چارہ گر دوست، بیماری میں دردمند ماہر طبیب اور درد سے کراہتے انسانوں کیلئے مہربان نرس کی توجہ بن جاتی ہے۔ شاید وہ دن اب بالکل گزر چکے ہیں کہ جب مادہ پرست اقوام کے لوگ مصیبت اور بیماری میں بھی اللہ پر اعتقاد اور اس سے دعا کو فضول اور بے بنیاد تصور کرتے تھے۔ اب ساری دنیا میں طب اور معالجاتی سائنس اور اللہ کا رشتہ پھر سے استوار ہوگیا ہے۔ اسے سب سے گہرا افہام اور عقلی استدلال اسلام کے دور عروج میں مسلمان اطباء اور علمائے سائنس نے عطا کیا تھا۔

گویا حقیقت پسندی کا تقاضا یہی ہے کہ تشخیص اور علاج کے ساتھ ساتھ دعا اور اعتقاد کی قوت سے پورا کام لیا جائے۔ ہاورڈ میڈیکل سکول امریکہ کے ایسوسی ایٹ پروفیسر ہربرٹ منسن نے حال ہی میں لندن میں 'صحت میں نئی سمت' کے موضوع پر ایک کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے یہ انکشاف کیا کہ عبادت اور دعا سے امراض قلب اور حملہ قلب روکا جاسکتا ہے، بلند فشار خون میں ڈرامائی کمی ہوسکتی ہے اور درد اور سرطان کو کنٹرول کیا جاسکتا ہے۔ پروفیسر بنسن جو قلب کے مریضوں کو عبادت اور دعا کے علاوہ سکون اور ستانے کے طریقے دس سال تک بتاتے رہے ہیں ذکر، ورد اور وظائف مذہبی کی نفسیاتی اور شفائی اہمیت پر زور دیتے ہیں۔ یہ ہر مذہب کے لوگوں کیلئے ان کے اپنے اپنے عقیدے کے مطابق قابل عمل ہوسکتے ہیں۔

پروفیسر بنسن کا کہنا ہے کہ اس عمل سے جو سونے سے قبل رات کو خاموشی اور سکون کامل کے عالم میں تقریباً بیس منٹ تک کیا جائے دماغی تناؤ، کھنچاؤ اور دباؤ میں ایک کیمیاوی ردعمل کے تحت زبردست کمی آتی ہے۔ اعصاب کو حیرت انگیز سکون ملتا ہے اور ہارمون کے نظام کی اصلاح ہوجاتی ہے ہر رات یہ عمل کرنے سے برسوں کی اعصابی پیچیدگی اور دباؤ کا تدارک ہوسکتا ہے۔ پروفیسر بنسن نے اس عمل کے تجربات بلند فشار خون اور امراض قلب کے مریضوں پر کیے اور حیرت انگیز مفید نتائج ریکارڈ کیے۔ دردسر اور سرطان کے مریضوں پر بھی اس عمل کے نہایت مفید اثرات مرتب ہوئے ہیں۔

عقیدہ دعا کا یہ مطلب نہیں کہ صحت کے متفقہ اصولوں سے غفلت برت کر کوئی شخص صحت مند رہنے کی تمنا کرے۔ ان اصولوں پر عمل جسم کا فطری تقاضا ہے اور ان سے غفلت برتنا احکام الٰہی سے غفلت برتنے کے مترادف ہے۔ قانون فطرت پر عملدرآمد صحت مندی کی لازمی شرط ہے البتہ معالج اور مریض دونوں کو کوشش اور کاوش کے ساتھ ساتھ اللہ سے مدد پانے کی توقع ہمیشہ رکھنی چاہیے۔ مریض کیلئے ضروری ہے کہ وہ دعا کے ساتھ ساتھ معالج کی ہدایات پر پورے خلوص سے عمل کرے اور ضروری پرہیز بھی کرے۔ بیماری ہو تو اسے مختصر کم یا اسے ختم کرنے کی پوری کوشش کی جائے۔ علاج اور صحت کے محاذ پر پورے یقین اور پامردی کی ضرورت ہوتی ہے۔ علاج کے ساتھ ساتھ اس گہرے یقین اور اعتماد کیلئے جو صحت کی راہ استوار کرتا ہے خدا پر عقیدے اور دعا کی ضرورت ہوتی ہے۔ صحت یاب ہونے پر خدا کے شکر کے ساتھ ساتھ صحت کے قیام اور استحکام کے تمام طبی اور سائنسی اصولوں پر عمل سے بھی زیادہ ضروری ہوجاتا ہے۔

سنت نبویؐ اور جدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

روحانی کیفیت

مصباح اسلم

اللہ تعالیٰ کے حکم سے سر سے پاؤں تک ایسا حیران کن فرق پڑا ہے کہ یقین نہیں آتا کہ یہ میں ہی ہوں جو کہ بستر مرگ پر پڑی تھی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں **ایاک نعبدو ایاک نستعین** کے سوا لاکھ کے سات نصاب پڑھ چکی ہوں۔ نصاب پڑھنے کا یہ سلسلہ ایک سال پہلے شروع ہوا تھا۔ روزانہ کے دو نفل اور فجر اور عشاء کی نماز کا سورۂ فاتحہ والا عمل بھی باقاعدگی سے پڑھ رہی ہوں۔

ان کی برکات سے بھی بہت مستفید ہو رہی ہوں۔ اللہ تعالیٰ کے حکم سے سر سے پاؤں تک ایسا حیران کن فرق پڑا ہے کہ یقین نہیں آتا کہ یہ میں ہی ہوں جو کہ بستر مرگ پر پڑی تھی۔ چلنے پھرنے سے کیا بلکہ ہاتھ ہلانے سے بھی قاصر تھی۔ حکیم صاحب آپ کے لیے تو میرے دل سے دعائیں نکلتی ہیں۔ اس کے علاوہ میرے خواب اور میری سوچوں میں بھی زبردست تبدیلی آئی ہے ایک بات جو میں نے مشاہدہ کی کہ نصاب تو میں اپنی پریشانیوں کیلئے پڑھتی ہوں مگر اس کا فائدہ گھریلو معاملات میں بھی نمایاں ہے۔ میرے والد محترم جو عرصہ سے بیروزگار تھے اللہ تعالیٰ کے حکم سے ایسے انوکھے انداز سے انہیں جاب ملی ہے جو ان کی ڈیمانڈ تھی۔ ہمارے کئی معاملات ایسے تھے جو کہ حل ہونے کا نام ہی نہ لیتے تھے اور جن سے ہمیں بہت اذیت مل رہی تھی وہ بھی اسی طرح سے حل ہوئے ہیں کہ سمجھ نہیں آتی۔

حکیم صاحب میرا پڑھنا ایک طرف مگر جس اخلاص اور شفقت و محبت سے آپ نے ہمارے لیے دعائیں کی ہونگی اصل میں یہ ان کا اثر ہے۔

میں اب عبادت کرنے میں بھی فرق محسوس کرتی ہوں۔ میرا پہلے دل عبادت کی طرف نہیں آتا تھا۔ دماغ میں شیطانی اور مکروہ قسم کے خیالات رہتے تھے ہر وقت کا غصہ بھی تھا۔ بس اللہ تعالیٰ نظر بد سے بچائیں کہ سب معاملات حل ہوجائیں۔

سینے، کمر اور گلے کی بیماریوں کیلئے

تلوں کا تیل، لونگ، لہسن، اجوائن ان تینوں چیزوں کو ہم وزن لیکر تلوں کے تیل میں گرم کریں اس کے بعد سینے پر، کمر پر اور گلے پر لگائیں۔ انشاء اللہ عزوجل آرام آجائے گا۔ **(محمد اشتیاق احمد اعوان، سکھر)**

گھریلو اخراجات میں کفایت شعاری

فرحانہ کوثر، لاہور

آج کل کے دور میں تعلیم، علاج، معالجہ، گھر کی تعمیر وغیرہ سب کے سب انتہائی گراں ہوگئی ہیں اور جب تک ہم بچت کرنے کا فن نہیں سیکھیں گے اوسط درمیانے طبقے کے لوگوں کو ان اخراجات کا بار اٹھانا مشکل ہوتا چلا جائے گا

فرید اداس اور غمگین تھا کیونکہ اسے ملازمت سے جواب دے دیا گیا تھا۔ بہ حیثیت ایک سافٹ ویئر انجینئر اسے مستقبل بے حد تابناک دکھائی دے رہا تھا اور اتنی کم عمری میں تنخواہ کا موٹا لفافہ ملنے پر اس کی خوشیوں کا کوئی ٹھکانہ نہیں تھا۔ اسے پیسوں کو خرچ کرنے میں بڑا مزہ آتا تھا اور اب اچانک جب اسے بیروزگار ہونا پڑ گیا تو وہ پریشان ہوگیا۔ معاشی صورتحال کے پیش نظر فوری طور پر دوسری ملازمت ملنا مشکل تھی اور پھر اس بات کی بھی کوئی یقینی ضمانت نہیں تھی کہ آئندہ ملازمت میں اسے اتنی ہی زیادہ تنخواہ ملے گی جتنی کہ پہلی میں ملتی تھی۔

اس کی بیوی نازش نے اس کی اداسی اور شکستہ دلی بھانپ لی۔ اس نے فرید سے کہا کہ ہر افتاد میں کوئی نہ کوئی موقع ضرور پوشیدہ ہوتا ہے۔ وہ چاہے تو اپنی مہارت کو آزمانے کی کوشش کرسکتا ہے اور سافٹ ویئر میں اپنے ذاتی کاروبار کا آغاز کرسکتا ہے لیکن فرید کو اس بات کی فکر تھی کہ کاروبار کے جمنے تک وہ مالی ضروریات کس طرح پوری کرے گا اور جب تک کاروبار میں پیسے کی روانی نہیں آئے گی وہ اپنے اخراجات کس ذریعے سے پورے کرسکے گا تب نازش نے اسے بتایا کہ وہ اسے گھریلو اخراجات کیلئے جو بھی رقم دیا کرتا تھا وہ اس میں سے کچھ نہ کچھ پس انداز کرتی رہتی تھی اور اس طرح اس کے پاس اچھی خاصی رقم جمع ہوچکی ہے اور وہ اس مشکل دور سے بھی آسانی سے گزر سکتے ہیں۔

نازش کی بچت کی عادت اس آڑے موقع پر ان کے کام آگئی اور وہ اس کڑے امتحان سے اطمینان سے گزرنے میں کامیاب ہوگئے حتیٰ کہ فرید کا کاروبار جم گیا اور وہ مالی مشکلات کے دور سے نکل آیا۔ پس اس طرح نازش نے جو رقم پس انداز کی تھی وہ اس نازک دور میں ان کے کام آگئی۔

نازش کا شمار ان خواتین میں ہوتا ہے جو اس کہاوت پر یقین رکھتی ہیں کہ قطرے قطرے سے دریا بنتا ہے۔ پس دانشمندی سے پس انداز کی ہوئی تھوڑی تھوڑی بچتیں دھیرے دھیرے ایک بڑی رقم بن جاتی ہیں۔ اکثر ہم اس بات کا انتظار کرتے ہیں کہ خوش قسمتی کی دیوی ہمارے دروازے پر دستک دے اور اس خوش فہمی کی بنا پر ہم بچت کے چھوٹے چھوٹے مواقع ہاتھ سے گنوا دیتے ہیں اور رقم پس انداز کرنے سے قاصر رہتے ہیں۔ ایسی صورت میں کوئی بچت نہیں ہو پاتی۔

ہم پھر بڑھتی ہوئی مہنگائی اور قیمتوں میں روزمرہ اضافے کو الزام دیتے ہیں اور ساتھ ہی اپنی کم آمدنی کا رونا روتے ہیں۔ ایک دانشمند خاتون خانہ کی حیثیت سے آپ کو لازمی پتہ ہونا چاہیے کہ کسی مشکل گھڑی یا اچانک صورتحال کیلئے رقم کی کس طرح سے بچت کرنی چاہیے۔ آج کل کے دور میں تعلیم، علاج، معالجہ، گھر کی تعمیر وغیرہ سب کے سب انتہائی گراں ہوگئی ہیں اور جب تک ہم بچت کرنے کا فن نہیں سیکھیں گے اوسط درمیانے طبقے کے لوگوں کو ان اخراجات کا بار اٹھانا مشکل ہوتا چلا جائے گا۔

ذیل میں ہم چند گائیڈ لائنز اور ٹپس پیش کر رہے ہیں تاکہ آپ کے اندر بچت کی عادت کی خواہش پیدا ہوجائے۔ آپ ان مشوروں پر عمل کرنے کے علاوہ بچت کے اپنے طریقے بھی وضع کرسکتی ہیں۔

آپ تھوڑی سی مقدار کا احساس کیے بغیر یا غذائیت یا ذائقے کو خطرے میں ڈالے بغیر اپنے کچن کے بجٹ میں کسی حد تک کمی کرسکتی ہیں۔ ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ ایسا کس طرح ممکن ہے۔

اپنے تیل کے استعمال میں کمی کردیں۔ آپ کھانے پکانے میں تیل کی جو مقدار استعمال کرتی ہیں اسے اچھے طریقے سے گھٹا سکتی ہیں۔ اگر آپ کھانے کے 2 چمچے تیل ڈالتی ہیں تو اس کی مقدار گھٹا کر ڈیڑھ چمچہ کرلیں۔ کو اس سے کھانے کے ذائقے پر کوئی اثر نہیں پڑیگا مگر اس طرح آپ ماہانہ تیل کے استعمال میں مناسب بچت کرلیں گی۔ فرض کریں کہ آپ کی تیل کے استعمال کی اوسط مقدار 5 لیٹر ہے اور آپ اسے گھٹا کر چار لیٹر تک لے آئی ہیں تو پھر اس رقم کو الگ پس انداز کردیں جو ایک لیٹر تیل کی قیمت بنتی ہے۔

☆ صرف موسمی سبزیاں اور پھل خریدیں۔ وہ غیر موسمی پھلوں اور سبزیوں کے مقابلے میں کم قیمت ہونے کے علاوہ ذائقے اور غذائیت کے لحاظ سے بھی بھرپور ہوتے ہیں۔ سردیوں میں جی بھر کر مٹر کھائیں کیونکہ اس سیزن میں ان کی قیمت بہت کم ہوتی ہے۔

اسی طرح گرمیوں میں خوب آم کھائیں اور صرف یہ نا سوچیں کہ تنہا دسہری یا انور رٹول ہی کھانے سے آپ کی آم کھانے کی تسکین ہوجائے گی۔ ان کے علاوہ آموں کی دیگر اقسام بھی کھائیں جو میٹھے، ذائقہ دار لیکن کم قیمت ہوتے ہیں اور ان ورائٹیز خریدنے سے قیمت میں بڑی حد تک کمی آجاتی ہے۔

ہر اس پھل اور سبزی کو کھائیں جب وہ کثرت سے اور وافر مقدار میں ہوا اور ان کے دام بھی خاصے کم ہوں۔

اگر آپ کے پاس وقت اور ذہانت ہے تو اچار، سوس اور جام بازار سے خریدنے کی بجائے انہیں خود گھر پر تیار کریں۔ اس سے آپ کو اپنے کچن کے اخراجات میں ایک خاصی بڑی بچت کرنے میں مدد ملے گی۔

کبھی بھی بچے ہوئے کھانے کو ضائع مت ہونے دیں ان کو کسی نئے انداز میں استعمال کرکے مختلف اور دلچسپ شے بنا دیں۔

اکثر جب ہم شاپنگ کرنے جاتے ہیں تو ہم ضرورت سے زیادہ صرف کرنے کی دھن میں رہتے ہیں۔ اکثر ہم ایسی مدوں پیسہ خرچ کر بیٹھتے ہیں کہ جن میں اشیاء کی خریداری غیر ضروری اور قابل گریز ہوتی ہے۔ پس آپ کو شاپنگ کیلئے پلاننگ کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ آپ ضرورت سے زیادہ خرچ نہ کرپائیں بلکہ اپنی شاپنگ میں بچت بھی کرلیں۔

ایسے بہت سے طریقے ہیں جن میں آپ اپنے اخراجات میں کمی کرسکتی ہیں اور چھوٹی چھوٹی بچتوں سے آپ آخر میں اپنے ماہانہ بجٹ کو بڑی حد تک گھٹانے میں کامیاب ہوسکتی ہیں۔

جس لمحے آپ کسی کمرے سے نکلیں پنکھے اور روشنیاں بند کردیں۔ اس طرح آپ اپنے بجلی کے بل میں خاطر خواہ کمی کرسکتی ہیں۔ بجلی کو صرف اسی وقت استعمال میں لائیں جب ان کی ضرورت ہو۔

اپنے نلکوں کو بے مقصد کھلا نہ چھوڑیں تاکہ پانی ضائع نہ ہو۔

گاڑیوں کا استعمال کم سے کم کریں تاکہ پٹرول کے اخراجات گھٹ جائیں۔ جہاں کہیں آپ چل کر جاسکتے ہوں وہاں نہ گاڑی میں سوار کر جائیں اور نہ ہی ڈرائیو کرکے جائیں۔

اگر آپ کے بچے بڑھتی ہوئی عمروں میں ہیں تو ان کیلئے بہت زیادہ مہنگے ملبوسات نہ خریدیں کیونکہ چند ماہ ہی کے دوران وہ ملبوسات انہیں چھوٹے پڑ جائیں گے اور آپ کو ان کے ملبوسات کیلئے ایک بار پھر سے بڑی رقم خرچ کرنا پڑیگی۔

تو پھر کیوں نہ آج ہی سے بچت کی ان عادتوں کو اپنا لیا جائے!!!

ابتدائی شوگر کیلئے نسخہ

ھوالشافی: خشک آملہ 50 گرام، پنیر ڈوڈی 50 گرام، گٹھلی جامن 50 گرام، تخم کریلہ 50 گرام۔ تمام ادویات کو کوٹ چھان لیں۔ یہ سفوف 10 گرام صبح و شام تازہ پانی سے کھائیں۔ **(قاری محمد مظہر حسین، منڈی جہانیاں)**

رزق میں برکت کے نبوی صلی اللہ علیہ وسلم طریقے

سورۂ یٰسین پڑھنے سے تمام کام بن جاتے ہیں عطاء ابن ابی رباح رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ مجھ کو یہ خبر پہنچی کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جو شخص سورۂ یٰسین پڑھے شروع دن میں اس کی تمام حاجتیں پوری کی جائینگی۔

حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ روح القدس (جبرائیل علیہ السلام) نے میرے دل میں یہ بات ڈالی کہ بلاشبہ کوئی شخص اس وقت تک نہیں مرتا جب تک وہ اپنا رزق پورا نہیں کرلیتا۔ دیکھو اللہ تعالیٰ کی نافرمانی سے ڈرتے رہو اور حصول معاش کی سعی جدوجہد میں نیک روی اور اعتدال اختیار کرو (تاکہ تمہارا رزق تم پر جائز اور حلال ذرائع سے پہنچے) نیز کہیں ایسا نہ ہو کہ رزق پہنچنے میں تاخیر تمہیں اس بات پر اکسا دے کہ تم گناہوں کے ارتکاب کے ذریعے رزق حاصل کرنے کی کوشش کرنے لگو‘ حقیقت یہ ہے جو چیز اللہ کے پاس ہے اس کو اس کی اطاعت وخوشنودی ہی کے ذریعہ حاصل کیا جاسکتا ہے۔ **(مشکوٰۃ)**

درود شریف: حضرت ابوسعید رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ جس شخص کو یہ منظور ہو کہ میرا مال بڑھ جائے وہ یوں کہا کرے

اللھم صل علی محمد عبدک ورسولک وعلی المومنین والمومنات وعلی المسلمین والمسلمات

سورۂ واقعہ: سورۂ واقعہ پڑھنے سے فاقہ نہیں ہوتا۔ حضرت ابن مسعود رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص سورۂ واقعہ پڑھا کرے ہر شب میں‘ اس کو کبھی فاقہ نہیں پہنچے گا۔ (بیہقی) ایک اور روایت میں ہے کہ سورۂ واقعہ سورۃ الغنی ہے اس کو پڑھو اور اپنی اولاد کو سکھاؤ‘ مگر بہت ہی پست خیالی ہے کہ چار پیسے کیلئے اس کو پڑھا جائے۔ البتہ غنائے قلب اور آخرت کی نیت سے پڑھا جائے تو دنیا خود بخود ہاتھ جوڑ کر حاضر ہوگی۔

سورۂ یٰسین: سورۂ یٰسین پڑھنے سے تمام کام بن جاتے ہیں عطاء ابن ابی رباح رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ مجھ کو یہ خبر پہنچی کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا جو شخص سورۂ یٰسین پڑھے شروع دن میں اس کی تمام حاجتیں پوری کی جائینگی۔

خدمت والدین: رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص رزق میں کشادگی اور عمر کی زیادتی کا خواہشمند ہو اس کو چاہیے کہ صلہ رحمی کرے اور ماں باپ کیساتھ اچھا سلوک کرے۔

استغفار: حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو بندہ استغفار کو لازم پکڑے یعنی اللہ تعالیٰ سے برابر اپنے گناہوں کی معافی مانگتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے تنگی اور مشکل سے نکلنے اور رہائی پانے کا راستہ بنادے گا اور اس کی ہر فکر اور ہر پریشانی کو دور کرکے کشادگی اور اطمینان فرمائیگا اور اس کو ان طریقوں سے رزق دیگا جن کا اس کو خیال گمان بھی نہ ہوگا۔

نکاح: آنحضرت صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ تین آدمی ایسے ہیں کہ اللہ تعالیٰ پر ان کی مدد کرنا حق ہے (ان میں سے ایک اس کو بھی فرمایا) جو نکاح کرے عفت کے ارادے سے۔ ایک اور روایت میں ہے حضور نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ عورتوں سے نکاح کرو وہ تمہارے لیے مال لائینگی۔ (یعنی ان کے

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں‘ رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکرگزار رہوں گے۔ **(ادارہ)**

نوٹ: بعض قارئین اخبارات ورسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

عدیل بابر‘ ملتان۔ بیگم منظور‘ حویلی لکھا۔ عدیل خالد‘ لاہور۔ فاطمہ عزیز‘ لاہور۔ منظور احمد‘ لاہور۔ ملک محمد یعقوب‘ کینٹ راولپنڈی۔ ذکیہ اقتدار‘ بہاولنگر۔ بنت یونس‘ گجرات۔ رشیدہ خانم‘ لاہور۔ عزیز الرحمان عزیز‘ پشاور۔ محمد طیب‘ لاہور۔ محمد شہزاد مجذوبی‘ کراچی۔ قندیل شاہد‘ ڈیرہ غازیخان محمد حبیب الرحمٰن نقشبندی‘ لاہور۔

عبقری کی ادویات آپ کے شہر میں

علاج معالجے کے سلسلے میں ادارہ کا کوئی نمائندہ مقرر نہیں‘ ادارہ کسی قسم کے نفع نقصان کا ذمہ دار نہیں ہوگا۔

نوٹ: اعتماد سے صرف عبقری ہی کی ادویات خریدیں۔ لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ہرگز ادا نہ کریں۔

اٹک: علمی بک ڈپو مدنی چوک۔ 057-2602020‘ 0333-5531571۔ مکتبہ ظفر اقبال بالمقابل مسجد لوہاراں اٹک شہر 0321-5247893 اٹک شہر۔ **باغ آزاد کشمیر:** بلال میڈیکل سٹور W/S روڈ 0313-5619880۔ 0333-8402844۔ **بہاولنگر:** المدینہ سٹیشنرز تحصیل بازار۔ 0333-6320766۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755۔ **ٹانک:** صوفی سنز یونانی میڈیسن کمپنی نزد سول ہسپتال۔ - 0301-8790927 0963511209۔ **جھنگ:** غلام قادر ہراج محلہ فاروق آباد بھکر روڈ گلی نمبر 1 نزد نیو عیدگاہ جھنگ صدر 0333-6756493 **حیدرآباد:** محمد اقبال قریشی فلیٹ نمبر 10 صدف کمپلیکس بلمقابل پریس کلب صدر 0300-3790255۔ **راولپنڈی:** اسلامیہ ٹریڈرز بالمقابل باٹا منی پرائس شاپ بوہڑ بازار چوک کالج روڈ۔ 0333-5648351۔ **ڈھڈیال آزاد کشمیر:** الجمال اسلامی کتب وکیسٹ ہاؤس۔ 0302-5898995۔ **سرگودھا:** میاں احمد حسن صاحب مدنی کیسٹ والے مدنی مسجد فیکٹری ایریا سرگودھا 0301-6762480۔ **فیصل آباد:** نور کلاتھ سنٹر نزد مسجد نور ڈگلس پورہ گلی نمبر 13۔ 0300-6684306۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ پیسٹی سائیڈ گورنمنٹ ہائی سکول روڈ 0300-3215348۔ **کراچی:** عبقری اکیڈمی ضیاء القرآن والی گلی اردو بازار ایم اے جناح روڈ 0300-3218560۔ **گجرات:** غوثیہ گفٹ سنٹر دکان نمبر 2 کمیٹی مارکیٹ گجرات‘ 0302-6292132۔ **گوجرانوالہ:** **شافی دواخانہ:** برانچ نمبر 1 چوک فتو منڈ‘ ڈیرہ گجراں بالمقابل مسجد فاروق اعظم کمشنر روڈ۔ **برانچ 2۔** مین بازار کشمیر کالونی گوجرانوالہ کینٹ۔ 0300-6453745۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر بیرون بوہڑ گیٹ اردو بازار۔ 0322-6748121۔ **منڈی بہاؤالدین:** حذیفہ دواخانہ نزد اقبال ماڈل ہائی سکول بلمقابل حنفیہ مسجد سکول محلہ بازار منڈی بہاؤالدین۔ 0345-6810615۔ **مظفرگڑھ:** محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔ **میلسی:** امتیاز احمد نیو شوکت کلاتھ قائداعظم روڈ۔ 0321-7982550

بعض چیزیں بعض چیزوں کا توڑ ہیں

افیون...... مغز اخروٹ

سم الفار...... انڈے کی سفیدی۔ قے

بچھو...... ہڑتال کے دھوئیں سے بھاگ جاتے ہیں

پروانہ...... پیاز سے بھاگ جاتے ہیں۔

جوئیں...... لیموں کے رس سے مرجاتی ہیں۔

(شوکت شاہین‘ خانیوال)

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

رزق میں کشادگی | اختلافات کیوں؟ | اولاد کی خواہش | میں بہت بدتمیز ہوں | کیا مجھ پر سایہ ہے؟

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

کیا میری شادی پسند کی لڑکی سے ہوگی

(وسیم الدین، کراچی)

میں ایک لڑکی کو پسند کرتا ہوں اور اس سے شادی کرنا چاہتا ہوں لیکن مسئلہ یہ ہے کہ ہمارے ہاں شادیاں خاندان ہی میں ہوتی ہیں۔ والدین نے میری بھی منگنی کردی ہے لیکن صرف زبانی بات طے ہوئی ہے باقاعدہ رسم نہیں ہوئی۔ میں نے والدہ سے اپنی مرضی کا اظہار کیا تو انہوں نے صاف انکار کردیا کہ وہ کسی صورت غیر خاندان کی لڑکی کو بہو نہیں بنائیں گی۔ میں نے لڑکی سے کورٹ مارج کرنے کو کہا تو اس بات پر وہ راضی نہیں۔ کہتی ہے کہ میرے خاندان اور گھر والوں کی عزت کا سوال ہے۔ کوئی وظیفہ بتائیے کہ میری شادی پسند کی لڑکی سے ہوجائے۔

جواب: آپ کے لئے بہتر یہی ہوگا کہ کوئی وظیفہ پڑھنے کی بجائے اپنے والدین کی منتخب کی ہوئی لڑکی ہی سے شادی کرلیں کیونکہ اگر دعاؤں اور وظیفوں کے بعد آپ کی پسند کی لڑکی سے شادی ہو بھی گئی تب بھی اس لڑکی کو آپ کے گھر میں وہ عزت واحترام نہ مل سکے گا جس کی وہ مستحق ہے۔ آپ فجر کی نماز کے بعد ایک بار یٰسین شریف پڑھ کر دعا کریں کہ جس لڑکی کا رشتہ بھی بہتر ہو اس سے آپ کی شادی ہوجائے۔

حاضری کی آرزو

(سمیرا طارق، سیالکوٹ)

میری شدید خواہش ہے کہ میں بھی حضور ﷺ کے روضہ پر حاضری دوں، خانہ کعبہ اور مسجد نبوی ﷺ میں نمازیں ادا کروں مگر گھریلو حالات اس خواہش کی تکمیل کی اجازت نہیں دیتے۔ شوہر بیمار رہتے ہیں۔ بیٹا کوئی ہے نہیں اور چار بیٹیاں ہیں وہ بھی غیر شادی شدہ۔ مجھے کوئی دعا بتادیں کہ میرے لیے کوئی ایسا سبب پیدا ہوجائے کہ میں بھی درحبیب ﷺ کی چوکھٹ پر حاضری دے سکوں۔

جواب: آپ کثرت سے درود شریف پڑھا کیجئے۔ اس کی برکت سے انشاء اللہ آپ کی دلی مراد بہت جلد پوری ہوجائیگی۔

رزق میں کشادگی

(حماد علی، حیدرآباد)

میں ایک فیکٹری میں ملازم ہوں۔ پہلے تو گزربسر اس آمدنی میں ہوجاتی تھی مگر اب مہنگائی کے سبب خاصی پریشانی رہتی ہے۔ میں کسی جگہ پارٹ ٹائم جاب کرنا چاہتا ہوں مگر وہ بھی نہیں ملتی۔ رزق میں کشادگی کیلئے کوئی دعا بتادیں۔

جواب: آپ مغرب کی نماز کے بعد اول آخر درود شریف کے بعد ایک بار سورۂ واقعہ پڑھ کر دعا کیا کریں۔

اختلافات کیوں؟

(م۔ش کراچی)

میں ایک لڑکے سے بہت محبت کرتی ہوں۔ وہ بھی مجھ سے محبت کرتا ہے۔ تقریباً ایک سال قبل اس کی والدہ اور دو بہنیں مجھے دیکھنے آئیں۔ اس کے بعد اس کے گھر والوں نے ہم سے کوئی رابطہ نہیں کیا۔ لڑکے کی والدہ کی گفتگو سے اندازہ ہوا تھا کہ جیسے وہ رشتہ کرنے نہیں آئیں بلکہ اپنے بیٹے کو بہلانے کیلئے مجبوراً آگئی ہیں۔ میں نے لوگوں کے بتائے ہوئے بہت سے وظیفے اس لڑکے کیلئے پڑھے مگر اس پر اثر نہیں ہوا۔ براہ کرم کچھ پڑھنے کو بتائیے جس سے اس کی والدہ راضی ہوجائیں۔

جواب: لڑکے کے گھر والے ایک سال قبل آپ کو دیکھنے آئے۔ اس کے بعد ان کی طرف سے کوئی بات نہیں ہوئی۔ اس سے صاف ظاہر ہے کہ لڑکے کی والدہ اور بہنوں نے آپ کو ناپسند کردیا ہے۔ شادی سے پہلے ہی اگر اختلافات سامنے آجائیں تو پھر ایسی شادی کامیاب نہیں ہوتی۔ خواہ اس کیلئے آپ کتنے ہی وظیفے پڑھ لیں، چلے کاٹ لیں۔ ویسے آپ اپنے دل کی تسلی کیلئے روزانہ تہجد کے بعد ایک تسبیح سورۂ اخلاص پڑھ کر دعا مانگا کیجئے۔ اگر اس کا ساتھ آپ کے نصیب میں ہوگا تو بہتری کی کوئی نہ کوئی صورت نکل آئیگی۔

اولاد کی خواہش

(عرفان علی، حیدرآباد)

میں سرکاری ملازم ہوں۔ بظاہر ہماری زندگی پرسکون اور خوشحال زندگی ہے لیکن اولاد سے محرومی کے باعث مایوسی اور ناامیدی کی دلدل میں پھنس کر رہ گیا ہوں۔ شادی کو بھی دس سال گزر چکے ہیں، بظاہر امید بھی نظر نہیں آتی۔ ڈرتا ہوں کہ کہیں لاوارث نہ رہ جاؤں، تب میرا روپیہ پیسہ جائیداد بھلا کس کام کی۔ یہی سوچ سوچ کر ڈیپریشن کا مریض بن کر رہ گیا ہوں۔ عمر کے ساتھ ساتھ میری ناامیدی بھی بڑھتی جارہی ہے۔ براہ کرم کوئی دعا کوئی وظیفہ بتایئے جس سے میری بھی امید برآئے۔

جواب: آپ اور آپ کی بیگم عشاء کی نماز کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھ کر سورۃ الانبیاء کا رکوع نمبر 6 آیت نمبر 89، (رَبِّ لَاتَذَرْنِیْ الخ) اکیس بار پڑھ کر دعا مانگیں۔ یہ عمل کم ازکم تین ماہ تک کیا جائے۔ یہ حضرت زکریا علیہ السلام کی دعا ہے۔

عادات بد سے چھٹکارا

(فریال شاہ، کراچی)

دولت روپے پیسے کی فراوانی، عیش وعشرت کی زندگی، لوگ ان چیزوں کی تمنا کرتے ہیں اور ان کے حصول کیلئے ہر جائز و ناجائز طریقہ اپناتے ہیں۔ مجھے یہ سب کچھ حاصل ہے مگر یہی چیزیں میرے لیے سوہان روح بن کر رہ گئی ہیں۔ شوہر صاحب ماڈرن تہذیب کے دلدادہ ہیں۔ شراب، جوا اور عورت...... یہ تکون ان کی زندگی کا محور ہے۔ میں سیدھی سادھی گھریلو عورت ہوں۔ شادی سے پہلے کبھی ایسے ماحول سے واسطہ نہیں پڑا اب جب ایسی تقریبات میں جانا پڑتا ہے تو میں بے حد پریشان ہوجاتی ہوں۔ اس ماحول میں خود کو ایڈجسٹ نہیں کرپاتی۔ میں چاہتی ہوں کہ میاں صاحب اپنی خراب عادتیں ترک کردیں۔

جواب: آپ کے شوہر جس ماحول میں رہ رہے ہیں اسے آسانی سے ترک نہیں کرسکتے۔ دولت کی فراوانی اور آزادی انسان کو بھٹکا ہی دیتی ہے۔ آپ پانچوں وقت کی نماز باقاعدگی سے ادا کیا کریں اور ہر نماز کے بعد اول آخر تین تین بار درود ابراہیمی پڑھ کر سورۃ اعلیٰ کی آیت نمبر 1 گیارہ بار پڑھ کر دعا کریں۔

شوہر صاحب جب سو جائیں تو ان کے سرہانے کی طرف کھڑی ہو کر سورۃ مائدہ کی آیت نمبر 90 تین مرتبہ اتنی آواز سے پڑھیں کہ سونے والے کی نیند خراب نہ ہو۔ یہ عمل نوے دن تک کریں جن دنوں عمل نہ کرسکیں وہ دن بعد میں پورے کرلیں۔ اس عمل سے شوہر کی بری عادات انشاء اللہ ختم ہو جائیں گی۔

عجیب وغریب عادت

(نجمہ خالد، شیخوپورہ)

میرا پندرہ سال کا بیٹا عجیب وغریب عادت میں مبتلا ہے۔ وہ سوتے میں خود سے باتیں کرتا رہتا ہے اور وہ بھی خوب زور زور سے۔ میں اس کی وجہ سے بے حد پریشان ہوں کیونکہ اس طرح سوتے میں وہ تمام باتیں بھی کرتا رہتا ہے جو گھر میں ہوتی رہتی ہیں۔ ابھی تو خیر بچہ ہے لیکن پانچ چھ سال بعد بھی اگر اس کی یہی کیفیت رہی تو بڑا مسئلہ ہو جائے گی۔

جواب: آپ آیت الکرسی کی پہلی آیت روزانہ صبح سورج نکلنے سے پہلے ایک بار پڑھ کر پانی پر دم کریں اور بیٹے کو جب بھی پانی دیں۔ یہی پانی دیں۔

کیا مجھ پر سایہ ہے؟

(نوشین سعید، کراچی)

میں شادی شدہ اور پرسکون زندگی گزار رہی تھی۔ صحت بھی ٹھیک ٹھاک تھی مگر گزشتہ چند ماہ سے میری طبیعت خراب رہنے لگی ہے بظاہر کوئی بیماری نہیں لیکن اچانک بیٹھے بیٹھے مجھے یوں محسوس ہوتا ہے جیسے میرے جسم پر منوں بوجھ لاد دیا گیا ہو میں ہلنے جلنے سے بھی مجبور ہو جاتی ہوں، دل تیزی سے دھڑکنے لگتا ہے اور یوں لگتا ہے جیسے سانس بند ہو رہی ہو۔ ڈاکٹرز سے باقاعدہ چیک اپ کرایا۔ ان کو میرا مرض مرض نہیں لگتا۔ وہ کہتے ہیں کہ آپ جسمانی طور پر بالکل ٹھیک ہیں۔ آپ کو صرف وہم ہے۔ ڈاکٹری علاج سے مایوس ہو کر میں نے روحانی علاج پر توجہ دی۔ ایک صاحب نے کہا کہ مجھ پر آسیب کا اثر ہے۔ انہوں نے آسیب بھگانے کے بڑے جتن کیے۔ کئی ہفتوں تک ان کے آستانے پر حاضری دیتی رہی۔ جہاں وہ انگیٹھی میں کوئلے جلا کر لوبان اور پتہ نہیں کیا کیا جڑی بوٹیاں ڈال کر مجھے اس کے سامنے بٹھا کر دھونی دیتے ساتھ میں کچھ عمل بھی پڑھتے جاتے۔ اس سے میری حالت سنبھلنے کی بجائے اور بگڑتی گئی لہٰذا مجبور ہو کر میں نے وہاں جانا چھوڑ دیا۔ اس حالت میں نماز اور تلاوت بھی نہیں ہو پاتی۔ ذہن میں عجیب وغریب خیالات آتے رہتے ہیں۔ کبھی تو یوں لگتا ہے کہ جیسے میں کسی اندھیرے کنویں میں اتر رہی ہوں۔

جواب: آپ اپنے ذہن سے یہ بات نکال دیں کہ آپ پر سایہ ہے یا کسی بدروح کا اثر ہے۔ اگر اثر ہے تو صرف یہ کہ آپ نے اپنی غذا میں نمک اور کھٹی اشیاء اور گرم مصالحوں کا استعمال زیادہ کیا ہے جس کی وجہ سے جسمانی اور طبعی بے اعتدالی پیدا ہوگئی ہے لہٰذا پہلا کام تو یہ کریں کہ مندرجہ بالا چیزوں کا استعمال کم سے کم کردیں۔ اس کے علاوہ صبح وشام تین تین بار سورۃ الفلق، سورۃ الناس اور تین بار آیت الکرسی پڑھ کر پانی پر دم کریں اور دن بھر اسی پانی کو پئیں۔ وضو، بے وضو جتنا بھی ہو سکے یَا سَلَامُ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرتی رہیں۔ اس طرح رفتہ رفتہ آپ کی طبیعت میں اعتدال اور سکون آتا جائے گا۔ ہاں نماز کی پابندی کریں، دل چاہے نہ چاہے خود پر جبر کرکے جونہی اذان ہو، نماز کیلئے کھڑی ہو جائیں۔ اگر پوری نماز نہ پڑھ پائیں تو کم از کم فرض تو پڑھ ہی لیں۔

میری والدہ شدید بیمار ہیں

(شمیم خان، راولپنڈی)

میری والدہ آج کل شدید بیمار ہیں۔ انہیں مختلف امراض ہیں جن میں بلڈ پریشر، شوگر اور سردرد خاص طور پر پریشان کن ہیں۔ کبھی کبھی ان کے سر میں اس قدر شدید درد ہوتا ہے کہ وہ برداشت نہیں کرپاتیں۔ ان کی تکلیف ہم سے دیکھی نہیں جاتی 'ڈاکٹر کا علاج جاری ہے لیکن اس سے کوئی نمایاں بہتری نظر نہیں آرہی۔ کوئی دعا بتا دیجئے۔ کیا یہ ممکن ہوگا کہ وہ وظیفہ یا دعا والدہ کی بجائے ہم بہنوں میں سے کوئی پڑھے کیونکہ والدہ شاید نہ پڑھ سکیں۔

جواب: ڈاکٹر کا علاج باقاعدگی سے جاری رکھیں۔ اگر موجودہ علاج سے فائدہ نہیں ہو رہا تو کسی اور ڈاکٹر سے بھی رجوع کریں۔ آپ راولپنڈی میں رہتی ہیں، وہاں تو بہت اچھے اور ماہرین معالج موجود ہیں۔ والدہ کو سردرد کی شکایت بلڈ پریشر کی وجہ سے بھی ہوسکتی ہے۔ بہتر ہوگا کہ آپ کسی نیورو سرجن سے بھی والدہ کا چیک اپ کرالیں تاکہ سردرد کی اصل وجہ معلوم ہو جائے۔ بطور روحانی علاج آپ میں سے کوئی بھی والدہ کو سامنے بٹھا کر تین بار درود ابراہیمی پڑھ کر گیارہ بار ''یااللہ'' پڑھ کر پھر تین بار درود شریف پڑھیں اور والدہ کے سر پر دم کردیں۔ اس طرح سات بار کریں۔ کم از کم نوے دن تک یہ عمل کیا جائے۔ والدہ سے کہیں کہ وہ ''یاسلام'' پڑھتی رہا کریں۔

مجھے غصہ بہت آتا ہے

(واصف، کراچی)

میری عمر 20 سال ہے اور میں بی کام سال دوم کا طالب علم ہوں۔ مجھے چھوٹی چھوٹی باتوں پر غصہ آجاتا ہے اور میں کسی کا بھی لحاظ نہیں کرتا ہر ایک سے بدتمیزی کرنے لگتا ہوں۔ دوسری بات یہ کہ میں غلط بات برداشت نہیں کرسکتا۔ اس وجہ سے بھی میں غصے میں آگ بگولہ ہو جاتا ہوں۔

جواب: آپ کو جب بھی غصہ آیا کرے تو اپنا دھیان دوسری باتوں میں لگانے کی کوشش کیا کیجئے۔ مثلاً اگر بیٹھے ہوں تو کھڑے ہو کر ٹہلنا شروع کردیں، کھڑے ہوں تو فوراً پانی پی لیں یا پھر کوئی اور کام کرنے لگ جائیں۔ دوسروں کی غلطیوں پر ان سے لڑنے جھگڑنے کی بجائے ان کو معاف کرنے کی روش اپنایئے۔ قرآن پاک کی سورۃ الاعراف آیت نمبر 99 میں اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ''تم درگزر کرنے کو لازماً اختیار کرو اور بھلائی کا حکم دیتے رہو اور جاہلوں سے کنارہ کشی اختیار کرو''

بطور روحانی علاج آپ جب بھی پانی پیا کریں اس پر تین بار اللہ تعالیٰ کا اسم مبارک یَاوَدُوْدُ پڑھ کر دم کرلیا کریں اس سے آپ کے مزاج میں اعتدال پیدا ہوگا۔

وظیفے سے ذہنی توازن درست ہوگیا

السلام علیکم حکیم صاحب! ہمارے علاقے میں ایک بندہ ظفر قریشی ہے، اس کی صحت انتہائی خراب تھی۔ اس کو دل کی تکلیف محسوس ہوتی تھی۔ چیک اپ کروایا لیکن ٹیسٹوں میں ٹھیک تھا اس کا خودکشی کو دل چاہتا تھا۔ دماغی طور پر وہ ماؤف ہو چکا تھا۔ گھر سے باہر نہیں نکلتا تھا اور کہتا تھا کہ کوئی مجھے قتل کردیگا۔ یعنی وہ زندگی سے پریشان تھا۔ اتنے مسائل تھے کہ اس کا احاطہ ممکن نہیں۔ حکیم صاحب آپ نے ایک وظیفہ بحوالہ کہف قطمیر ہر وقت پڑھنے کو دیا۔ اب الحمدللہ اس وظیفے کی برکت سے وہ بالکل نارمل ہوگیا ہے اب مکمل طور پر مطمئن ہے۔ **(محمد اکمل فاروق)**

ہچکی کا فوری اور سستا علاج

نصیر احمد ایبٹ آباد

بیچارہ جو نہ بات کرسکتا تھا اور منہ ٹکا سکتا تھا ہچکی پہ ہچکی لے رہا تھا۔ ساتھیوں نے حوصلہ دیا اور قہوہ پرچ میں رکھ کر ٹھنڈا کر کے چمچ میں لے کر چند قطرے اس کے منہ میں ڈالے۔ انتظار کرتے رہے۔ پھر وقفہ سے آدھ آدھ چمچ اسی طرح منہ اوپر کرا کر ڈالتے رہے

سردیوں کا موسم تھا۔ تقریباً رات آٹھ بجے میرے دروازے پر دستک ہوئی۔ بڑی مشکل سے گرم بستر سے اٹھا۔ چند محلّہ دار تھے۔ خیریت کے ساتھ اس وقت آنے کی وجہ پوچھی فرمانے لگے کہ ہمارا ساتھی جوان کے ساتھ منہ ڈھانپے بیٹھا تھا کو سخت ہچکی لگی ہوئی ہے۔ سردی زیادہ ہے۔ یہ مہمان ہے کھانے کے فوراً بعد اس کو شدید تکلیف نے گھیر لیا ہے۔ ہسپتال جانا بھی مشکل ہے۔ آپ کتابیں وغیرہ پڑھتے رہتے ہیں سمجھدار ہیں کوئی ایسا طریقہ بتائیں کہ رات آرام سے گزر جائے۔ میں نے ان کیلئے چائے کا بندوبست کیا اور دل میں سوچتا رہا کہ اس بیچارے کو کس طرح آرام پہنچایا جائے۔

میں کوئی حکیم یا ڈاکٹر تو نہیں تھا جو فوراً بیماری پر کنٹرول کرسکتا۔ اللہ تعالیٰ سے دل ہی دل میں مدد مانگتا رہا۔ میرے گھر میں اگر کوئی نسخہ کتابوں میں ہو بھی تب بھی اس وقت تیار کرنا مشکل تھا کیونکہ رات کے وقت پتہ نہیں پنسار کے سٹور بھی کھلے ملیں گے یا نہیں۔ اچانک میرے دل میں ایک ٹوٹکہ آیا جو کسی کتاب کی ورق گردانی میں پڑھا تھا۔ فوراً باورچی خانہ گیا اپنی اہلیہ سے کہا کہ ایک پیالہ پانی میں ایک بڑی الائچی معمولی کوٹ کر ابالو اور پیالی میں ڈال کر ایک چمچ کے ہمراہ میرے پاس بھیج دو چند منٹ کے بعد قہوہ آگیا۔ مریض بیچارہ نہ بات کرسکتا تھا اور منہ ٹکا سکتا تھا۔ ہچکی پر ہچکی لے رہا تھا۔ ساتھیوں نے حوصلہ دیا اور قہوہ پرچ میں رکھ کر ٹھنڈا کر کے چمچ میں لے کر چند قطرے اس کے منہ میں ڈالے۔

انتظار کرتے رہے۔ پھر وقفہ سے آدھ آدھ چمچ اسی طرح منہ اوپر کرا کر ڈالتے رہے۔ مجھے ڈر بھی لگ رہا تھا کہ پانی سے اگر اچھو لگ جائے تو اس کی موت بھی ہوسکتی ہے جو مفت میں میرے ذمہ لگ جائے گی۔ بہرحال اللہ کے آسرے پر ہم نے پانی پلانا شروع کردیا۔ مریض کو کچھ آرام آتا گیا جب پیالی نصف ہوئی تو مریض تقریباً ٹھیک تھا۔ باقی پانی اس نے خود پیالہ سے پیا اور جانے کی اجازت مانگی۔ میں نے آملہ بھیڑہ اور ہڑیڑ جن کو ترپھلہ کہتے ہیں گھر میں پیس کر رکھا ہوتا ہے اس کی بھی آدھ آدھ چمچ پڑیاں بنا کردیں کہ یہ دن کو صبح دوپہر اور شام پانی سے کھالیا کرو بعد میں جوارش جالینوس لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق کھانے کو کہا اور کہا کہ اللہ شفاء دے گا۔

چند دن بعد وہ صاحب ملے فرمانے لگے کہ عرصہ کی بیماری تھی۔ ایک پیالی قہوہ سے ایک دم غائب ہوگئی۔ میں نے کوئی جوارش وغیرہ نہیں لی۔ مہربانی کر کے بتادیں کہ آپ نے کیا چیز ابال کر دی تھی تا کہ پھر کبھی تکلیف ہو تو آپ کو تکلیف دینے کے بجائے خود ہی تیار کرلوں۔ میں نے کہا بھائی بڑی الائچی ہر گھر میں گرم مصالحوں میں پڑی رہتی ہے ایک کپ پانی میں ابال کر پی لیا کرو۔ وہ بڑا شکر گزار ہوا۔

چھوٹے بھائی کی بیوی کو جو کراچی کی رہنے والی ہے وہاں کے ڈاکٹروں نے کالے یرقان کی ادویات دی تھیں۔ میرا بھائی چھٹی ملنے پر اس کو گھر لے آیا۔ یہاں اس کو چکر آنے لگے اور ہاتھ پاؤں مڑنے لگے۔ مجھ سے ذرا دور رہتے ہیں۔ ڈاکٹروں کے پاس گئے۔ ٹیسٹ کروائے پتہ چلا کہ اب صرف یرقان ہے۔ ادویات دیں آرام نہ ہوا۔

ہومیو ڈاکٹر کے پاس گئے اس نے ایک سیرپ دیا جس سے معمولی افاقہ ہوا اور وہ سونے لگی۔ کیونکہ سوتے ہوئے بھی وہ جاگ کر فریادیں کرتی تھی۔ اسی اثناء میں ہمارے ایک عزیز ایک قاری صاحب کے پاس لے گئے۔ وہ روحانی علم کے ماہر بتائے جاتے ہیں قاری صاحب نے مؤکلات یا جنات حاضر کیے اور بیماری کی وجہ دریافت کی تو جواب ملا کہ دو جن جو کہ چھوٹی عمر کے ہیں اس کے ساتھ ہیں۔ انہوں نے اپنے علم سے ان جنات سے پوچھا کہ آپ کون ہیں اور اس کے ساتھ کیسے آئے ہیں۔ انہوں نے اپنے نام بھی بتائے اور کہا کہ فلاں آدمی نے ہمیں اس کے ساتھ بھیجا ہے۔ قصہ مختصر انہوں نے تعویز سر پر باندھے اور پہننے کیلئے دیئے۔ اس کی حالت اچھی ہونے لگی۔ ہمارے گھر میں لاہور سے ایک مہمان اچانک آگئے۔ وہ اکثر عاملوں کے پاس محفل جمائے رکھتے تھے۔ میں نے لاہور والے مہمان کو اس ساری صورتحال ذکر کی تو اس نے کہا کہ بلاؤ۔ میں دور کر دیتا ہوں ہم نے ان کو بلایا۔ میرے سامنے بھابی کو دورے آگئے۔ اس نے عمل کیا ان کو آرام آگیا۔ کچھ تعویز بھی دیا کہ سر پر باندھ لو دوسرے دن ان کے گھر جا کر عمل کرنے کا کہا۔ ساتھ یہ بھی کہا کہ دس دن دم کرنا پڑے گا۔ زکوٰۃ 50 روپے یومیہ دینی ہوگی اور پھر لاہور ان کے پیر صاحب کے پاس جانا ہوگا جو آخری بار چلہ کریں گے اور زندگی بھر یہ چیزیں نہیں آئیں گی۔ خیر وہ چلے گئے۔ میں نے عامل صاحب سے روحانی اور یونانی نسخہ جات پوچھے۔ روحانی جو انہوں نے بتائے وہ تو میرے بس میں نہیں ہیں البتہ ایک نسخہ انہوں نے پیر صاحب کا آزمودہ بتایا جو یہ خود تیار کر کے پیر صاحب کو دیتے ہیں۔

ڈولے جو مچھلی کی طرح کالے کالے ہوتے ہیں۔ صاف کر کے توے پر جلا لو۔ پھر اس کو شہد میں لے لو۔ آدھی آدھی چمچ ٹی بی' دمہ وغیرہ کے مریضوں کو صبح و شام کھلاتے رہیں۔ ایک ماہ کے اندر اندر ٹی بی ختم ہوجاتی ہے۔

دوسرا ان ہی ڈولوں کا نسخہ بتایا کہ ان کو مچھلی کی طرح دیسی گھی میں بھون لیں اور نامرد لوگوں کو کھلایا کریں۔ ایک ہی کھانے سے زبردست قوت آجاتی ہے۔ بہرحال ضرورت محسوس ہو تو دو تین کھلاؤ۔

شوگر' بلڈ پریشر اور یرقان کیلئے نہایت مفید نسخہ

پنیر ڈوڈی کا ایک نہایت آسان نسخہ جو کہ شوگر' بلڈ پریشر اور یرقان کیلئے بہت ہی مفید ہے۔ میں نے اپنے ایک عزیز کو پنیر ڈوڈی کا بتایا جو کہ شوگر اور یرقان کے مریض تھے لیکن اس کے ساتھ ہی ان کو خارش کی تکلیف بھی تھی پورے جسم پر ہر جگہ زخم تھے جو کہ خارش کرنے اور شوگر کی شکایت کی وجہ سے ناقابل علاج ہوتے جارہے تھے۔ پورا سال انہوں نے مختلف جگہوں سے علاج کرایا افاقہ نہ ہوا۔ پنیر ڈوڈی سے ان کو یہ مسئلہ بھی حل ہوگیا۔

نسخہ: سات دانے پنیر ڈوڈی ایک کپ پانی میں رات کو بھگو دیں' صبح چھان کر نہار منہ پی لیں۔ کچھ عرصہ مستقل استعمال کریں۔

داد' خارش ختم کرنے کیلئے

آدھا پاؤ ناریل کے تیل میں دو عدد کافور کی ٹکیاں (چائنہ کی بنی ہوئی) ہاتھ سے مسل کر تیل میں ملالیں۔ ہر قسم کے زخم' خارش اور داد کو ختم کرنے کیلئے مفید ہے۔ بوقت ضرورت تیل کو ہلا کر متاثرہ جگہ پر استعمال کریں۔

(صائمہ طارق' شرقپور شریف)

چند قطروں سے دل کے والو کھل گئے

السی کے تیل کے چند سستے قطروں سے دل کے والو ایسے کھلے کہ خود سرجن بھی حیران رہ گئے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! بندہ کی کوشش ہے کہ ایسے اجزاء ایسے تجربات اور مشاہدات پیش کرے جو یا تو کسی کے پاس نہ ہوں اگر ہوں بھی تو وہ کسی کو بتانا گوارا نہ کرتا ہوں یا پھر بتایا بھی تو چند لوگوں کو کتنے لوگ ہیں جو کسی کو بھی کوئی طبی یا روحانی راز نہیں بتاتے لیکن وہی لوگ ہیں جو مجھ سے وہی طبی اور روحانی راز چھپاتے نہیں بلکہ خود آ کر یا لکھ کر بھیجتے ہیں کہ چونکہ آپ کسی سے طبی یا روحانی راز نہیں چھپاتے اس لیے ہم آپ کیلئے یہ طبی یا روحانی راز لکھ رہے ہیں ورنہ یہ طے شدہ بات تھی ہم کبھی کسی کو نہ بتاتے۔

قارئین! بندہ نے عبقری مئی 2010ء کے حال دل میں السی کے تیل سے دل کی نالیاں اور والو کھولنے کا ایک نسخہ مختصر الفاظ میں لکھا چند سطروں کو لاکھوں قارئین نے اتنی اہمیت سے لیا کہ بندہ خود حیران ہوا اور شکر بھی ادا کیا کہ اللہ تعالیٰ کا فضل ہے کہ قارئین عاجز کی بات کو اس توجہ سے لیتے ہیں اس مختصر لیکن بااثر ٹوٹکے نے جہاں اور بے شمار کمالات دکھائے وہاں اس سلسلے میں تجربات کے بعد شفایاب ہونے والوں کے خطوط بھی موصول ہوئے ان میں ایک خط آپ حضرات کی خدمت میں ہے خط سے پہلے عرض کروں کہ السی کا تیل 10 قطرے لسی میں ڈال کر پی لیں۔ یہ عمل تازہ دودھ جو گرم نہ ہو میں بھی کر سکتے ہیں۔ اس کے جو مزید فوائد سامنے آئے ہیں وہ مندرجہ ذیل ہیں۔ جوڑوں کے پرانے اور لاعلاج درد کیلئے کچھ ماہ، پٹھوں کے کھچاؤ اور اینٹھن کیلئے کمر کے درد، دماغی اعصابی کمزوری کیلئے قوت خاص کی کمزوری کیلئے، فالج لقوہ کسی عضو کا خشک یا کمزور ہونے کیلئے بھی بہت موثر ہے۔ چند ماہ استعمال اعتماد سے کریں۔ اب وہ خط ملاحظہ فرمائیں:۔

محترم جناب ایڈیٹر حکیم محمد طارق صاحب السلام علیکم! میرا نام اللہ بخش قوم بلوچ سیٹلائٹ ٹاؤن جھنگ کا رہائشی ہوں آرمی کا ریٹائرڈ صوبیدار ہوں۔ مجھے جنوری 1992ء میں دل کا دورہ پڑا تھا اور الائیڈ ہسپتال فیصل آباد زیر علاج رہا۔ ہسپتال سے فارغ ہونے کے بعد راولپنڈی ملٹری ہسپتال سے علاج کراتا رہا اور الحمدللہ 2009ء تک کوئی کسی قسم کی پریشانی نہ ہوئی کبھی کبھی دل کی طرف درد ہوتا تھا تو کسی مہربان نے ایک وظیفہ پڑھنے کو دیا جس کے باعث آج تک درد سے محفوظ ہو گیا اس وظیفہ کا ذکر اور طریقہ پڑھنے کا آخر میں لکھوں گا کیونکہ اس سے مجھے خاطر خواہ فائدہ ہوا اور پھر میں نے اس کی فوٹو کاپیاں ضرورت مند افراد میں تقسیم کیں تا کہ وہ بھی فائدہ اٹھائیں اور الحمدللہ کافی افراد نے اس فائدہ اٹھایا۔

نومبر 2009ء کو مجھے بائیسائیکل چلاتے ہوئے چھاتی میں درد ہوتا تھا میں نے پیدل چلنا شروع کیا پھر آہستہ آہستہ یہ تکلیف بڑھتی گئی اور مجھے پیدل چلتے ہوئے چھاتی میں درد رہنے لگا۔ لاہور سے ایک ڈاکٹر محمد ابوبکر مرزا صاحب جھنگ چناب میڈی کیئر آیا کرتے ہیں میں 21 فروری 2010ء کو ان کے پاس گیا ڈاکٹر صاحب نے ایک ہفتہ کی دوائی دی اور 28 فروری کو دوبارہ آنے کا کہا میں جب دوبارہ گیا تو ڈاکٹر صاحب کو عرض کیا کہ مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی!

ڈاکٹر صاحب نے فرمایا کہ میرے خیال کے مطابق آپ کی خون کی نالیوں میں بندش کا معاملہ ہے اور میری آپ کو ہدایت ہے کہ آپ اپنی انجوگرافی کرائیں جس کے تحت آپ کی نالیوں کی اصل تصویر سامنے آجائے گی یکم مارچ 2010ء کو میں راولپنڈی سی ایم ایچ پہنچ گیا انجیوگرافی کرائی تو پتہ چلا کہ ایک کہ نالی 90 فیصد اور دوسری 60 فیصد بند ہے اور بائی پاس کے علاوہ کوئی حل نہیں ہے اور بائی پاس آپریشن جولائی 2010ء کے آخری ہفتہ کو ہونا قرار پایا اس دوران ادویات استعمال کیلئے دی گئیں جو میں نے شروع کر دیں۔ ان ادویات کے استعمال کے دوران مئی 2010ء کو بندہ نے کسی کام کیلئے غلام قادر ہراج صاحب پرنسپل آف گورنمنٹ کمپسری ہنیو ماڈل ہائی سکول جھنگ فون کیا بندہ چونکہ سکول کونسل کا ممبر تھا اور مارچ، اپریل، مئی 2010ء سے سکول کی میٹنگ اٹینڈ نہ کر سکا جس پر محترم ہراج صاحب نے پوچھا کہ آپ کہاں ہیں۔ بندہ نے ہراج صاحب کو بتایا کہ میری خون کی دو نالیاں بند ہیں اور میں سی ایم ایچ راولپنڈی میں زیر علاج ہوں اور اس وقت اپنی بیٹی کے ہاں راولپنڈی قیام پذیر ہوں۔ ہراج صاحب نے مجھے السی کا تیل دودھ کی کچی لسی میں دس قطرے صبح نہار منہ اور دس قطرے شام عصر کے وقت لینے کیلئے فرمایا کہ آپ استعمال کریں اور اللہ تعالیٰ مہربانی کرے گا آپ کا بائی پاس آپریشن سے چھٹکارا ہو جائے گا۔ میں نے اسی روز شام کے وقت عصر کے وقت استعمال میں لایا اور روز بروز فرق محسوس ہوا پھر جولائی میں اپنا بندوبست کر کے السی خریدی صاف کرائی اور تیل نکلوایا۔ **(تیل خود اپنی نگرانی میں نکلوائیں۔ ایڈیٹر)** اور استعمال کرنا شروع کر دیا اور جب ساون شروع ہوا تو کچی لسی چھوڑ کر صرف ایک گلاس دودھ میں دس قطرے ملا کر دونوں وقت شروع کر دیا اور ابھی تک لے رہا ہوں الحمدللہ! میں کافی بہتر ہوں اور جو پہلے چند قدم نہیں چل سکتا تھا اب ایک کلومیٹر تک چل سکتا ہوں اور ماہ رمضان میں روزے بھی پورے رکھے یہ اللہ پاک کا خاص کرم ہوا ہے۔

میں نے السی کی افادیت کیلئے انٹرنیٹ پر چیک کروایا تو معلوم ہوا کہ اس کے بہت فوائد ہیں۔ مثلاً کولیسٹرول کو ختم کرتا ہے، نالی بلاک ہے تو کھول دیتا ہے۔ دل کے والو کھولتا ہے بی پی ہائی ہے تو اس کو نارمل کرتا ہے۔ چھوٹے بچے جن کی عمر بڑھنے میں ہے ان کیلئے مفید ہے عورتوں کے چھاتی کے کینسر کیلئے فائدہ مند ہے۔ شوگر کیلئے بھی استعمال کر سکتے ہیں دمہ کے مرض میں استعمال کریں۔ میں نے انٹرنیٹ سے کاپیاں ڈاؤن لوڈ کیں اور اس کی کاپیاں میں نے پرنسپل غلام قادر ہراج کو بھیج دیا۔ انہوں نے ان کا اردو ترجمہ کر کے میرے پاس بھیج دیں تا کہ ان کی اشاعت اردو میں ہو تو ہر شخص پڑھ کر اس سے فائدہ اٹھا سکے۔ یوں تو ہراج صاحب کی معرفت کافی لوگوں نے مجھ سے رابطہ کیا ہے اور میں نے ان کو اس کی افادیت سے آگاہ کیا مگر کسی نے بھی بھرپور رابطہ کر کے نہیں بتلایا کہ ہم نے استعمال کیا یا کہ نہیں۔ صرف میرے ایک واقف جاننے والے ریاض احمد رامے صاحب راولپنڈی ایم ایچ میں ان سے روزانہ ملاقات ہوتی تھی میں نے ان سے ذکر کیا اور ساتھ ہی ایک کاپی جو ڈاؤن لوڈ کی تھی پڑھنے کیلئے دے دی۔ انہوں نے پڑھا اور عمل کیا پھر انہوں نے مجھ سے فون پر رابطہ کیا اور کہا خالد صاحب میں نے ایک ہفتہ استعمال کیا اب میرا بلڈ پریشر نارمل ہے اس کے بعد اب کیا کروں؟ میں نے کہا کہ رامے صاحب اب بند کر دیں صرف ہفتہ میں ایک بار صبح و شام استعمال کریں تا کہ اگر کولیسٹرول بنے تو ساتھ ہی ختم ہو جائے مجھے غلام قادر ہراج صاحب نے بتایا تھا کہ یہ نسخہ میں نے عبقری رسالہ میں پڑھا تھا اس لیے میں غلام قادر ہراج (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

خود کو الزام دینا اور دوسروں کو الزام دینا دونوں ہی غلط ہیں‘ دوسرں کو برا کہنے یا الزام دینے سے نفرت‘ تشدد‘ مایوسی اور اختلاف بڑھتا ہے جبکہ خود کو ملامت کرنے یا الزام دینے سے بھی اپنی شخصیت پر ناگوار تاثر قائم ہوتا ہے جو لوگ آپ پر الزام لگاتے ہیں۔ ڈراتے ہیں‘ ان کے بارے میں جان لیں کہ وہ اچھے نہیں ہیں

الزام خود پر یا کسی اور پر

اب میرا گھر شوہر کا گھر ہے۔ یہاں میں بے حد پریشان ہوں جبکہ میکے کے سکون کا ذکر کروں تو بے جا نہ ہوگا۔ مگر اب یہاں رہنا میری مجبوری ہے گھر والے بہت تیز ہیں‘ لڑائی ہوتی ہے تو میں ڈر جاتی ہوں اور ہر بات کا الزام خود پر لے لیتی ہوں بعد میں بھی خود کو ملامت کرتی ہوں کہ میں کس قدر خراب ہوں۔ شوہر کو مجھ سے بھی ہمدردی ہے۔ وہ کہتے ہیں خود کو الزام دینے کے بجائے دوسروں کو الزام دیا کرو اور ڈرا نہ کرو‘ بزدلی میں تو تم وہ قصور بھی مان لیتی ہو جو تمہارے نہیں ہوتے۔ شوہر کی باتوں سے حوصلہ ہوتا ہے تب ہی اب تک سسرال میں گزارا ہو رہا ہے لیکن میں اپنے ڈر اور خوف کا کیا کروں جو مجھے دوسروں سے محسوس ہوتا ہے۔ **(م۔ فیصل آباد)**

مشورہ: خود کو الزام دینا اور دوسروں کو الزام دینا دونوں ہی غلط ہیں‘ دوسرں کو برا کہنے یا الزام دینے سے نفرت‘ تشدد‘ مایوسی اور اختلاف بڑھتا ہے جبکہ خود کو ملامت کرنے یا الزام دینے سے بھی اپنی شخصیت پر ناگوار تاثر قائم ہوتا ہے جو لوگ آپ پر الزام لگاتے ہیں۔ ڈراتے ہیں‘ ان کے بارے میں جان لیں کہ وہ اچھے نہیں ہیں اور ان سے ملاقات ایک حد تک ہی رکھنی ہے نہ زیادہ ملنا ہے نہ لڑنا ہے لیکن چونکہ وہ شوہر کے قریبی عزیز ہیں اس لیے ان سے تعلق بھی رکھنا ضروری ہے۔ بہت عقلمندی سے کام لے کر ملیں اور حوصلہ رکھیں ڈرنے یا گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے جہاں تک ممکن ہو اہل خانہ کے ساتھ احسان‘ ہمدردی‘ رواداری اور نیک سلوک کرتی رہیں۔ ایک نہ ایک دن گھر میں عزیزوں میں آپ کی عزت اور قدر ضرور ہوگی۔ ورنہ نیکی کا صلہ تو کسی نہ کسی صورت میں مل ہی جاتا ہے۔

امتحان کا خوف یا دماغی دورہ

میری دوست نے گزشتہ سال فرسٹ ایئر کے پیپر زدیئے اور بہترین نمبر حاصل کیے اس سال اس نے پہلا پیپر تو ٹھیک دیدیا مگر دوسرے پیپر کے وقت اچانک اس کی طبیعت خراب ہوگئی اور وہ بے ہوش ہوگئی۔ اس وقت اس کا جسم کانپنے لگا۔ جب اسے ہوش آیا تو پیپر کا وقت ختم ہو چکا تھا پھر وہ روتی ہوئی گھر آئی اور پورا دن روتی رہی۔ اس کے گھر والوں نے اسے بہت سمجھایا میں نے بھی کہا کہ دوسرے پیپر کی تیاری کرلو اور وہ پھر پیپر دینے گئی اور پھر بے ہوش ہوگئی جسم بری طرح کپکپانے لگا اور وہ مایوس گھر لوٹی۔ اس کے بعد اس نے کوئی پیپر نہیں دیا اور یہ ارادہ کرلیا کہ آئندہ امتحان نہ دے گی یعنی پڑھنا چھوڑ دیا۔ اب وہ ناامید اور مایوس ہے گھر والے سمجھاتے ہیں اس پر اثر نہیں ہوتا۔ (نادیہ نقوی‘ سیالکوٹ)

مشورہ: سب سے پہلے بے ہوشی کی وجہ معلوم ہونی چاہے۔ تحریر کردہ علامات سے ظاہر ہو رہا ہے کہ لڑکی کو دورہ پڑا تھا۔ بے ہوش ہونا اور جسم کانپنا تو دوروں کی ہی علامات ہیں مگر اس کے ساتھ وہ علامات بھی ہیں جو تفصیلات جانے بغیر معلوم نہیں کی جاسکتیں۔ خاص طور پر امتحانات کے دوران بے ہوشی اور پیپر کے وقت مستقل بے ہوشی کے ساتھ جسم کا کانپنا کس وجہ سے ہے۔ امتحان کا خوف ہے یا ذہنی مرض اس کی تشخیص ہونی ضروری ہے تب ہی صحیح صورتحال سامنے آسکتی ہے مگر دوروں کی بیماری ہوتی تو وہ بھی ٹھیک ہوسکتی ہے اور اگر صرف خوف ہوا تو وہ بھی دور ہوسکتا ہے اور آپ کی دوست نارمل طریقے سے امتحان دینے کے قابل ہوسکتی ہے۔

نامکمل زندگی

میں ایک نامکمل زندگی بسر کر رہا ہوں۔ پہلی شادی ناکام ہوگئی۔ دوسری بھی ختم ہونے کو ہے۔ پہلے والدین کی پسند پر شادی کی تھی اور پھر دوستوں کے کہنے سے کرلی۔ میں بہت حساس انسان ہوں۔ آمدنی کم ہے اس لیے ملازمت پیشہ لڑکی سے شادی کرنے کو ترجیح دیتا ہوں۔ پہلے ایک ایئر ہوسٹس سے شادی کی تھی اس کی عمر مجھ سے پانچ سال بڑی تھی مگر یہ ہماری دور کی رشتے دار بھی تھی۔ بہر حال اختتام علیحدگی پر ہوا۔ اس نے ایک اور شخص سے شادی کی اور کامیاب زندگی گزار رہی ہے۔ دوسری شادی ایک لیکچرار سے کی۔ وہ ہر وقت مجھے نصیحتیں کرتی رہتی ہے دراصل میں کنجوس نہیں ہوں‘ فضول خرچی کرتا رہتا ہوں۔ اپنی جیب میں رقم ختم ہو جائے تو بیوی سے لے لیتا ہوں۔ گھر میں تو جو پیسہ آتا ہے وہ سب کا ہوتا ہے اگر کوئی اختلاف کرے تو غصہ آجاتا ہے اس بات پر دوسری بیوی بھی مزاج خراب کرلیتی ہے۔ والدین کا اکلوتا اور لاڈلا بیٹا ہوں۔ کبھی پریشانی برداشت نہیں کی۔ میں غیر معمولی مگر کامیاب زندگی گزارنا چاہتا ہوں کیونکہ اب گھریلو جھگڑے مجھے ذہنی مریض بنا رہے ہیں۔ **(شکیل عارف‘ اسلام آباد)**

مشورہ: لاڈلے اور اکلوتے بچے کا مزاج ذرا مختلف ہوتا ہے گھر والے بچپن سے اس کی ہر بات مانتے آرہے ہیں ایسا بچہ بڑا ہوتا ہے تو دیگر لوگ اس کے ساتھ وہ سلوک نہیں کرتے جس کا وہ بچپن سے عادی رہا ہوتا ہے ایسے بچے خود کو حساس سمجھتے ہیں۔ حالانکہ وہ صرف اپنے لیے زیادہ حساس ہوتے ہیں۔ سب اکلوتے بچے بڑے ہوکر ناکام زندگی نہیں گزارتے مگر بعض کو تعلقات میں مطابقت پیدا کرنے میں کافی دشواری ہوتی ہے۔ آپ نے اپنے جو حالات بیان کیے ان کی روشنی میں غلطی پر آپ ہی ہوتے ہیں۔ اگر آمدنی زیادہ نہیں تو اخراجات پر قابو رکھنا ضروری ہے اور بیوی کی آمدنی بغیر اجازت خرچ کرنا مناسب نہیں۔ شادی کے بعد زندگی غیر معمولی نہیں بلکہ معمول کے مطابق گزاری جانی چاہیے۔ ملازمت کرنے والی خاتون کے شوہر کو اپنی بیوی کا کچھ زیادہ خیال رکھنا ہوتا ہے تب ہی زندگی اچھی گزرتی ہے۔

روحانی پھکی کے فوائد

السلام علیکم حکیم صاحب! مجھے 4 سال سے معدے میں جلن اور گیس تھی۔ ادویات بہت کھائیں مگر وقتی آرام ہوتا تھا۔ ایک دن میں ایک بک سٹور پر گیا وہاں ایک رسالہ ماہنامہ عبقری پڑا تھا۔ میں نے کھڑے کھڑے اس کو پڑھا اسی میں بہت سی بیماریوں کا علاج تھا مگر میں نے اس رسالہ میں روحانی پھکی کے بارے میں پڑھا تو فوراً دفتر ماہنامہ عبقری سے روحانی پھکی لی اور اس کو استعمال کیا اس سے مجھے بہت فرق پڑا۔ اب میرے معدے میں بہت کم جلن ہوتی ہے۔ پہلے معدے میں درد رہتا تھا جو کہ اب نہیں۔ **(ہارون مدثر‘ لاہور)**

جسمانی بیماریوں کا روحانی علاج

سب سے پہلے ایک لیٹر پانی میں ایک تولہ پھٹکڑی سفید ڈال کر پانی کو ابالیں کہ پانی میں ابال آجائے تو لونگ ایک تولہ دارچینی ایک تولہ کیکر کی چھال دو تولہ چینی پانچ تولہ نمک 10 تولہ ڈال دیں۔ دو تین ابال آنے کے بعد پانی کو نیچے اتار لیں

(حکیم مہتاب حسین نوشہرہ کینٹ)

درد دندان کتنا ہی شدید کیوں نہ ہو۔ درد کی شدت درد کے مریض کو ہی پتہ ہوتی ہے۔ جیسے بچھو کا کاٹا رلاتا ہے اسی طرح درد دندان بھی مریض کو رلاتا ہے۔ اس کیلئے ذیل کے عملیات نہایت مجرب ہیں۔

سب سے پہلے ایک لیٹر پانی میں ایک تولہ پھٹکڑی سفید ڈال کر پانی کو ابالیں کہ پانی میں ابال آجائے تو لونگ ایک تولہ دارچینی ایک تولہ کیکر کی چھال دو تولہ چینی پانچ تولہ نمک 10 تولہ ڈال دیں۔ دو تین ابال آنے کے بعد پانی کو نیچے اتار لیں اور ٹھنڈا ہونے کے بعد چھان کر شیشی میں بھرلیں۔ اس پانی پر اکتالیس مرتبہ درج ذیل آیت شریفہ پڑھ کر دم کریں اور دم شدہ محلول سے مریض کو کلیاں کروائیں۔ انشاءاللہ فوراً درد ختم ہوجائے گا۔

آیۃ شریفہ ملاحظہ فرمائیں۔ وَلَهُ مَا سَكَنَ فِي اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ o (انعام 13)

نمبر 2:۔ یہی آیت درد والی سائیڈ والے رخسار پر انگلی رکھ کر سات بار تسمیہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ۔ سمیت ضرور پڑھیں۔ کیونکہ اس میں اللہ تبارک تعالیٰ کا ذاتی نام اللہ اور دو اسماء الحسنٰی یعنی رحمٰن اور رحیم موجود ہیں۔ ہر بار دم کرکے مریض کے درد والے رخسار پر انگلی سے لکھیں کہ فرعون غرق شد۔ مریض کو پہلے سمجھائیں کہ جب عامل یہ کہے کہ فرعون غرق شد تو اگر درد موجود ہے تو کہے کہ ابھی غرق نہیں ہوا اور جب آرام آجائے تو کہے کہ ہاں فرعون غرق شد اور ساتھ ہی دم کیے ہوئے محلول سے کلیاں کروائیں۔

روحانی عمل برائے خارش

گندھک آملہ سار 50 گرام' سیماب 5 گرام' قلمی شورہ 50 گرام' گیرو 50 گرام' اول گندھک اور پارہ کو کھرل میں ڈال کر اس قدر کھرل کریں کہ سیاہ کجی بن جائے اور پارہ ناپید ہوجائے تو لوہے کی ایک کڑاہی میں روغن سرشف چپڑ دیں اور کڑاہی کو آگ پر چڑھائیں اور نیم کے موٹے ڈنڈے سے رگڑیں۔ آگ نہایت ہلکی رکھیں اس میں قلمی شورہ بھی ڈال دیں کہ شورہ پگھل کر مائع اختیار کر کے جام ہوجائے آخر میں گیرو ڈال کر اتار لیں اور کھرل کر کے محفوظ شیشی میں رکھ کر درج ذیل آیت 101 مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ آیت شریف یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ. لاحول ولا قوة الا بالله العلي العظيم. پڑھ کر دم کریں۔ تین تین رتی دوا۔ اکسیر خارش نقش والے پانی سے تین چار مرتبہ دن میں لیں۔ انشاءاللہ سات دن کے اندر اندر کسی بھی قسم کی خارش' پھوڑے پھنسی وغیرہ کیوں نہ ہوں آرام آجاتا ہے۔

سفید موتیا کیلئے روحانی عمل

(اللہ بخش بلوچ' جھنگ)

آنکھوں میں پُھبال ہو یا سفید موتیا ہو تو سورۃ دھر کی آیت نمبر دو پڑھیں طریقہ یہ ہے آنکھیں بند کرلیں اور دونوں ہاتھ آنکھوں پر رکھ کر سات بار پڑھیں۔ ''بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيمِ فَجَعَلْنٰهُ سَمِيعًا بَصِيرًا'' آنکھیں بند رکھتے ہوئے ہاتھ کی انگلیوں پر پھونک کر انگلیاں آنکھوں پر ملیں اور آنکھیں کھول لیں اس کے بعد تین بار سورۃ ق کی آیت نمبر 22 تین دفعہ پڑھ کر دونوں ہاتھ کی انگلیوں کو اکٹھا کر کے ان کے لوگوں پر پھونک کر آنکھوں پر ملیں تو نظر تیز ہوگی یہ میری ذاتی آزمودہ ہے۔ جو شخص عشاء کے وتر کی پہلی رکعت میں سورۃ نصر دوسری رکعت میں سورۃ لہب اور تیسری رکعت میں اخلاص باقاعدگی سے پڑھے اس کے دانت کبھی خراب نہ ہونگے اور بھگندر کیلئے بھی مفید ہے۔ یہ بھی میری آزمودہ ہے۔

زخموں کی نیلاہٹ دور کرنے کیلئے

چوٹ لگ جانے کی وجہ سے جلد کے نیچے خون جم جاتا ہے اور وہاں نیلاہٹ پیدا ہوجاتی ہے۔ اس کیلئے خالص شہد حسب حاجت لیکر اس میں نمک خوردنی ملا کر اس مقام پر لیپ کریں۔ (مسز فرحت' راولپنڈی)

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس' مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہورہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

عظمیٰ' راجہ اختر نواز' صغیر احمد' پنڈی۔ شبنم مہتاب خان' عائشہ بنت طاہرہ' وسیم اکرم' نعیم جاوید' ناہید عثمان' محمد امتیاز' منڈی بہاؤالدین۔ حسن اللہ ہاشمی' محمد انیس الرحمٰن قریشی' والدہ نعمان' توقیر صدر' سکندر ذوالقرنین' قصور۔ بلال بھالا' عائشہ علی والدہ' محمد فیصل راشد' عفت مجید' مشتاق احمد' بہاول پور۔ اسلم' کراچی۔ محمد صابر' ظفر عباس' محمد اقبال' پشاور۔ علویہ' آسیہ امتیاز' لاہور۔ رابعہ' ملتان۔ میاں محمد اسد' مسز اورنگزیب' والدہ عدنان' خالدہ اکرم' ریحان نعیم' شعیب' لاہور۔ لقمان اشفاق' کراچی۔ محمد اویس' فیصل آباد۔ رانا علی زاہد' خانیوال۔ رانا سید احمد خانیوال۔ لقمان اشفاق' کراچی۔ مسز فیاض' شرقپور۔ کوثر پروین' سرگودھا۔ دلاور خان' مردان۔ چوہدری شکیل' رابعہ' جمیل اظہر' محمد حسن' محبوب شاہ' طاہرہ' حمیرا' محمد علی' محمد حبیب الرحمٰن' محمد عمران' شاہد پرویز' فیصل ملک' محمد معین' علی عنایت اللہ' شمیم امجد' فہد' نذیر احمد' ظفر مجید' مسز فاروق' عمر مسعود' سہیل ظفر' لاہور۔ آغا ہمایوں حفیظ' پشاور۔ اویس عامل' سکھر۔ عدنان' پشاور۔ ریحان گل' مجاہد بیگ' نثار امجد' فرحت طارق' پروین کوثر' شمیم' فوزیہ رؤف' سہیل نوید' فیصل عزیز' شاہین سعید' اعجاز' تنویر احمد' امانت علی احمد' انعم' علی عمران' محمد آصف' رسولاں بی بی' فردوس مسعود امین ضیاء' محمد رحمت' محمد اعجاز' محمد ریاض' رفعت جاوید' ثوبیہ' مسرت کوثر' نورین جاوید' ثمینہ یاسمین' دیپالپور' سعید احمد' وہاڑی۔ محمد خان' چنیوٹ۔ غلام عائشہ' شازیہ عنبرین' ڈیرہ اسماعیل خان۔ اویس ظفر' حاجی زبیر انور' عبداللہ حقانی شاہ' لاہور۔ حماد زیدی' اعجاز بھٹی' اسلام آباد۔ سعدیہ فیاض لاہور' جاوید شاہ' ننکانہ۔ عبداللہ' ثوبیہ علی' کامران' احسن طارق' محمد عارف و بیگم' تنویر' لاہور۔ ذکیہ' فیصل آباد۔ عالم شیر' فیصل آباد۔ اطہر سلیم' بہاولنگر۔ غلام یٰسین' لاہور۔ صلاح الدین' سرفراز احمد' وحید الیاس' رفیع' محمود احمد' لاہور۔ عبدالرحمان' فاروق آباد۔ رحمان' نجیب شامی' لاہور۔ رانا افتخار و بیگم' گوجرانوالہ۔

بچوں کا صفحہ

اسلام میں عورت کا مقام

بنت یونس، گجرات

عورت اپنے شوہر کے کہے بغیر اس کو دبائے تو اس کو 7 تولہ سونا صدقہ کا ثواب ملتا ہے اگر شوہر کے کہنے پر دبائے تو 7 تولہ چاندی صدقہ کرنے کا ثواب ملتا ہے جس عورت کا خاوند اس پر راضی ہو اور وہ مرجائے تو جنت اس پر واجب ہوگئی

عائشہ مسلسل امی سے بحث کر رہی تھی اور موضوع بنایا ہوتا تھا ''عورت'' کہ ساری تکلیفیں عورت کیلئے ہی ہیں، مرد آرام سے ہوتے ہیں۔ فضائل بھی زیادہ وہی حاصل کرلیتے ہیں، کبھی جہاد کے ذریعے، کبھی باجماعت نماز کے ذریعے، کبھی اللہ کے راستے میں نکل کر ابھی یہی بات چل رہی تھی کہ اس کی خالہ آگئیں۔ عائشہ کی امی نے ان سے کہا کہ تم ہی اسے سمجھاؤ تو انہوں نے بتانا شروع کیا کہ ایک نیک عورت ستر مردوں سے افضل ہے۔ نیک عورت اپنے خاوند سے پہلے جنت میں جائیگی اور جنت کی حوروں سے ستر گنا حسین ہوگی۔ نبی کریم ﷺ نے فرمایا میری امت کی بہترین عورتیں وہ ہیں جن کا مہر تھوڑا ہو، ایک نیک عورت ستر مرد اولیاء سے بہتر ہے اور ایک بدکار عورت ہزار برے مردوں سے بھی بری ہے جو عورت بچے کے رونے کی وجہ سے سو نہ سکے تو اس کو ستر غلام آزاد کرنے کا ثواب ملتا ہے۔ بچوں والی عورت کی 2 رکعت نفل بغیر بچوں والی کی 82 سال کی عبادت سے افضل ہے جو عورت بچے کو دودھ پلائے اس کو ہر گھونٹ کے بدلے 1 نیکی ملے گی جب عورت گھر میں جھاڑو دیتے وقت بسم اللہ پڑھے تو اس کو بیت اللہ میں جھاڑو دینے کا ثواب ملتا ہے جو عورت گائے یا بھینس کا دودھ بسم اللہ شریف پڑھ کر دوہے تو وہ جانور اس کو دعائیں دیتا ہے جو عورت بسم اللہ پڑھ کر آٹا گوندھے اللہ اس کی روزی میں برکت ڈال دیتے ہیں جو اپنے خاوند کے پریشان حال گھر آنے پر اسے مرحبا کہے، تسلی دے اللہ اس عورت کو آدھے جہاد کا ثواب عطا فرماتے ہیں۔ جو عورت اپنے شوہر کو اللہ کے راستے میں بھیجے اور گھر میں آداب کی رعایت رکھتے ہوئے رہے وہ مرد سے 500 سال پہلے جنت میں جائیگی اور 70 ہزار فرشتوں اور حوروں کی سردار ہوگی اس کو جنت میں غسل دیا جائیگا اور یاقوت کے گھوڑے پر سوار ہوکر اپنے خاوند کا انتظار کرے گی جو اپنے بچے کی بیماری کی وجہ سے سو نہ سکے اور اسے آرام دینے کی کوشش کرے اسے 12 سال کی مقبول عبادت کا ثواب ملتا ہے اور اللہ اس کے تمام گناہ معاف فرمادیتے ہیں۔ ایک حاملہ عورت کی 2 رکعت نماز بغیر حاملہ کے 80 رکعتوں سے بہتر ہے جو عورت نماز، روزہ کی پابندی کرے، پاکدامن رہے اور اپنے شوہر کی تابعداری کرے وہ جس دروازے سے چاہے جنت میں داخل ہوجائے۔ حاملہ عورت کی رات عبادت میں اور دن روزہ میں شمار ہوتا ہے جب کسی عورت کا بچہ پیدا ہوجائے تو اس کیلئے 70 سال کی نماز اور روزے کا ثواب لکھا جاتا ہے اور بچہ پیدا ہونے میں جو تکلیف برداشت کرتی ہے ہر ایک رگ کے درد پر ایک ایک حج کا ثواب لکھا جاتا ہے اگر بچہ ہونے کے بعد عورت 40 دن کے اندر فوت ہوجائے تو اس کو شہادت کا درجہ عطا ہوگا جب بچہ رات کو روئے اور ماں بددعا دیئے بغیر دودھ پلائے تو اس کو شہادت کا درجہ عطا ہوگا جب بچہ کا دودھ پینے کا وقت پورا ہوجائے تو آسمان سے ایک فرشتہ آکر اس عورت کو خوشخبری سناتا ہے کہ اللہ نے جنت تیرے اوپر واجب کردی جب شوہر سفر سے واپس آجائے اور عورت اس کو کھانا کھلائے اور اس دوران اس نے کوئی خیانت بھی نہ کی ہو تو اس کو 12 سال کی نفلی عبادت کا ثواب ملتا ہے جب عورت اپنے شوہر کے کہے بغیر اس کو دبائے تو اس کو 7 تولہ سونا صدقہ کا ثواب ملتا ہے اگر شوہر کے کہنے پر دبائے تو 7 تولہ چاندی صدقہ کرنے کا ثواب ملتا ہے جس عورت کا خاوند اس پر راضی ہو اور وہ مرجائے تو جنت اس پر واجب ہوگئی۔ اپنی بیوی کو ایک مسئلہ سیکھانا 80 سال کی عبادت کا ثواب ہے۔

عائشہ بولی خالہ واہ! آپ نے تو خوش کردیا اب ذرا کیں پانی پی لیں اور پھر مجھے بتائیں کہ خوشبو لگا کر عورت کا باہر نکلنا صحیح ہے؟ خالہ نے ذرا سانس لیا اور بولیں بیٹا نبی اکرم ﷺ نے فرمایا جو عورت خوشبو لگا کر غیر مردوں کے پاس سے گزرے وہ زانیہ ہے اور بیٹا اس کے علاوہ اپنا لباس دیکھ کرلیں کہ باریک نہ ہو اگر باریک ہو تو جس طرح شمیض بناتے ہیں اسی طرح شلوار کے نیچے بھی استر لگالیں تاکہ ٹانگیں نظر نہ آئیں اور قمیض کے بازو پورے ہوں، شلوار ٹخنوں سے نیچے ہوتا کہ نماز بھی ہوسکے اور اللہ نہ کرے ہم ان میں سے ہوں جن عورتوں کے بارے میں پیارے نبی ﷺ کا فرمان ہے کہ جو لباس پہنے ہوئے بھی ننگی ہوں گی اور ان کے سر ایسے ہوں گے جیسے اونٹ کی کوہان (یعنی اونچے اونچے جوڑے جو بناتی ہیں) وہ جنت کی خوشبو بھی نہ سونگھ سکیں گی حالانکہ جنت کی خوشبو 700 سال کی مسافت سے آتی ہے۔ اس کے علاوہ پانچ وقت کی نماز پڑھیں روز قرآن پاک کی تلاوت کریں۔ درود پاک کی کثرت کریں۔

ضرورت کے ساتھ عبادت بھی

خدیجہ سکول سے واپس آئی تو اسے سخت پیاس لگی ہوئی تھی اس نے جلدی جلدی فریج سے پانی نکال کر گلاس میں ڈالا اور کھڑے کھڑے فوراً ایک ہی سانس میں پانی پی گئی۔ اس کی امی نے جب دیکھا تو اسے اپنے پاس بلایا اور پیار سے سمجھانا شروع کیا کہ دیکھو بیٹا! پانی اپنی ضرورت کیلئے پیتے ہیں لیکن اگر ہم اپنے پیارے نبی ﷺ کے طریقے کے مطابق پانی پئیں گے تو ضرورت کے ساتھ عبادت بھی ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے کھڑے ہوکر پانی پینے سے منع فرمایا ہے۔ ایک دفعہ آپ ﷺ کی خدمت میں ایک آدمی آیا جو کھڑے ہوکر پانی پی رہا تھا آپ ﷺ نے فرمایا قے کردو، اس نے پوچھا کس وجہ سے؟ آپ ﷺ نے فرمایا کیا تمہارے ساتھ بلی پانی پئے تو پسند کروگے اس نے کہا نہیں۔ آپ ﷺ نے فرمایا اس سے زیادہ برے شیطان نے تیرے ساتھ پانی پیا ہے۔

بیٹا پانی پینے میں 6 سنتیں پوری کرسکتے ہیں اور 600 شہیدوں کا ثواب حاصل کرسکتے ہیں کیونکہ 1 سنت پوری کرنے سے 100 شہیدوں کا ثواب ملتا ہے۔ اتنی بات کرنے کے بعد امی نے خدیجہ کی طرف دیکھا جو بڑی رغبت سے ان کی بات سن رہی تھی پھر وہ بولی کہ امی وہ سنتیں کون سی ہیں؟ تو امی نے بتایا 1۔ بیٹھ کر پانی پینا۔ 2۔ دیکھ کر پینا۔ 3۔ دائیں ہاتھ سے پینا کیونکہ بائیں ہاتھ سے شیطان پیتا ہے۔ 4۔ سر ڈھانپ کر پینا۔ 5۔ بسم اللہ پڑھ کر پینا اور پی کر الحمدللہ کہنا۔ 6۔ تین سانس میں پینا اور سانس لیتے وقت برتن کو منہ سے الگ کرنا۔ خدیجہ بہت خوش ہوئی پھر بولی کہ امی یہ سمجھ نہیں آئی کہ عبادت کیسے ہوئی؟ تو امی نے بتایا کہ ایک دفعہ ایک یہودی نے حضرت علیؓ سے پوچھا کہ تم کتنا وقت عبادت کرتے ہو؟ انہوں نے فرمایا کہ ہم ہر وقت عبادت کرتے ہیں۔ تو وہ حیران ہوا کہ اتنے بڑے صحابیؓ ہوکر (نعوذباللہ) جھوٹ بول رہے ہیں۔ تو یہودی نے کہا کہ کیا تمہارے بیوی بچے نہیں؟ تم دوسرے کام نہیں کرتے؟ حضرت علیؓ نے فرمایا کہ ہم ہر کام کرتے ہیں لیکن اپنے پیارے نبی ﷺ کے طریقے کے مطابق کرتے ہیں اور آپ ﷺ کے طریقے کے مطابق ہر کام کرنا عبادت ہے۔ نوٹ: آب زم زم کھڑے ہوکر پینا افضل اور مسنون ہے۔

جنات پیسے چرا لیتے ہیں

ایک بہن

میرے شوہر کا کاروبار بالکل ختم ہوگیا ہے۔ بے چارے دن رات کوششوں میں لگے رہتے ہیں پھر بھی بس اتنا ہو رہا ہے کہ اللہ کا لاکھ شکر ہے کہ عزت سے روٹی کھا رہے ہیں۔ قرضے ہیں کہ بڑھتے جا رہے ہیں۔ پلیز آپ میری مدد کریں

السلام علیکم حکیم صاحب! میں ایک پریشان حال عورت ہوں آج کل پتہ نہیں ہمارے ساتھ کیا ہو رہا ہے مستقل پریشانیاں ہمارے پیچھے لگ گئی ہیں۔ 2008ء کے نومبر میں میری چھوٹی نند جو کہ کنواری تھی اس کا اچانک انجانی بیماری سے انتقال ہوگیا سب کہتے ہیں کہ اس پر جادو ہوا یا اثر ہوا جس کی وجہ سے وہ دو مہینے میں فوت ہوگئی۔ اس کے انتقال کے بعد میری دوسری بیٹی پیدا ہوئی اس کے بعد تو جیسے لائن لگ گئی پریشانیوں کی۔ اس کے انتقال کے 15 دن بعد ہمارے گھر میں چوری ہوئی۔ 3 موبائل 15 ہزار روپے جو کہ کمیٹی کے تھے وہ گئے' میری چھوٹی نند نے کمیٹی ڈالی ہوئی تھی اس کے پیسے غائب ہونے لگے۔ میرے دیور کی جاب ختم ہوگئی اور آج تک بہت کوشش کے باوجود دھکے کھا رہا ہے۔ گھر سے چیزیں غائب ہونے لگیں۔

کمیٹی کے پیسے رکھے تھے اس میں سے دس ہزار غائب۔ میری بڑی نند (جن کو طلاق ہوئی ہے وہ ہمارے ساتھ رہتی ہیں) کے بونڈز رکھے تھے وہ غائب۔ حتیٰ کہ اگر ہم تھوڑے بہت 1000,500 بھی دراز میں رکھ دیں تو وہ غائب ہو جاتے ہیں۔ 2009ء پورا ایسا گزرا کہ آئے دن چیزیں غائب اور فروری 2010ء میں سونے کی انگوٹھی اور بالیاں غائب ہوگئیں۔ کمیٹی کے ہزاروں روپے کم ہوگئے ہم تو ایک بحران کا شکار ہوگئے ہیں۔ میرے شوہر ہی گھر کا سارا خرچہ چلاتے ہیں ان کا کاروبار بھی بالکل ختم ہوگیا۔ زمینیں لے رکھی ہیں۔ گندم' چاول یا سبزی لگاتے ہیں لیکن ہمیشہ نقصان ہو جاتا ہے۔ ابھی اسی ہفتے میں نے اپنا سامان (سونے کا) اکٹھا کر کے ایک جگہ رکھا اس میں سے سونے کی دو چینیں اور ایک لاکٹ غائب ہوگیا ہم پانچوں وقت کی نماز پڑھتے ہیں درود استغفار اور دعائیں پڑھتے ہیں لیکن جیسے اثر ختم ہوگیا ہے۔ ہماری کوئی غلطی ہے جس کی یہ سزا ہے یا امتحان؟ میرا دیور جاب کیلئے مارا مارا پھر رہا ہے مگر کوئی راستہ نہیں بن رہا۔ نند کے انتقال کے بعد سے گھر ایسا ہوگیا ہے کہ اس میں اکیلے نہیں رہ سکتے سب کو ڈر لگنے لگا ہے۔ مختلف آوازیں آتی ہیں۔ میرا دیور پہلے الگ کمرے میں سوتا تھا لیکن اب نہیں سوتا۔ ایسا لگتا ہے کہ کوئی اسے دبا رہا ہے۔ پاؤں پکڑ کر کھینچ رہا ہے۔ مجھے بھی بہت آوازیں آتی ہیں۔

جنات تنگ کرتے ہیں کوئی ہماری بات پر یقین کرنے کو تیار نہیں حتیٰ کہ میرے شوہر ان باتوں کو نہیں مانتے کہتے ہیں تم لوگوں کا وہم ہے۔

میرے شوہر کا کاروبار بالکل ختم ہوگیا ہے۔ بے چارے دن رات کوششوں میں لگے رہتے ہیں پھر بھی بس اتنا ہو رہا ہے کہ اللہ کا لاکھ شکر ہے کہ عزت سے روٹی کھا رہے ہیں۔ قرضے ہیں کہ بڑھتے جا رہے ہیں۔ پلیز آپ میری مدد کریں کچھ پڑھنے کو بتا دیں کوئی وظیفہ بتا دیں کہ ہمارے کھوئے ہوئے پیسے اور چیزیں مل جائیں ہم لوگ حلال حرام کی بہت احتیاط کرتے ہیں پھر بھی پتہ نہیں ہم سے کیا غلطی ہوئی اللہ ہماری مدد فرمائے۔ آمین!

اپنڈکس کا میرا آزمودہ نسخہ

ھوالشافی: خشک پودینہ' بیج خربوزہ' بیج کھیرا' بیج قرطم' سفید زیرہ' سیاہ زیرہ' دارچینی' بڑی الائچی' کالی مرچ تمام اشیاء تین تین تولہ لیں۔ سب مصالحوں کو باریک پیس کر اکٹھا گرینڈ کر لیں اور تین حصوں میں تقسیم کر لیں۔ ہر حصے کو علیحدہ علیحدہ ململ کے باریک کپڑوں میں باندھ لیں۔

تین دیسی مرغ لیں' بوڑھے جن کے پیروں پر خاریں ہوں۔ مرغوں کے پر اتار لیں آنتیں نکال دیں' مرغ کو ثابت رہنے دیں۔

ایک بڑی دیگچی لیں اس میں تین کلو پانی ڈالیں۔ اس میں ایک مصالحے والی پوٹلی ایک صاف کیا ہوا مرغ' تین تریاں لہسن یعنی تین جوئے لہسن' ایک تولہ ادرک ڈال کر ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ ساری رات پکتا رہے جب ایک کپ رہ جائے تو نہار منہ پی لیں۔ یہ عمل ایک دن چھوڑ کر ایک دن کرنا ہے۔ نہایت آزمودہ نسخہ ہے۔ میں خود بھی پی چکی ہوں۔ ہمارے ملنے والے بہت سے لوگوں کو یہ نسخہ دیا اور ہر بار اللہ نے اپنا خصوصی کرم کیا۔ **(خولہ زبیر' لاہور کینٹ)**

ساڑھے 6 لاکھ نفل پڑھنے کا ثواب

محمد طارق عزیز' آزاد کشمیر

نبی پاک ﷺ کے ارشاد کا مفہوم ہے جس نے دین کا ایک باب سیکھا اسے ہزار رکعت نفل پڑھنے کا ثواب ملتا ہے

نبی پاک ﷺ کے ارشاد مبارک کا مفہوم ہے کہ جس نے قرآن مجید کی ایک آیت سیکھی اسے سو رکعت نفل نماز پڑھنے کا ثواب ملتا ہے۔ قرآن مجید میں 6666 آیات مبارکہ ہیں اس لحاظ سے ایک حافظ قرآن کو حفظ کرنے پر (6666x100=666600) رکعت نوافل پڑھنے کا ثواب ملتا ہے۔ کتنی بدقسمتی کی بات ہے کہ آج ہم اپنے بچوں کو دنیا کمانے کی لالچ میں حفظ قرآن جیسی عظیم نعمت سے محروم رکھتے ہیں۔ نبی پاک ﷺ کے ارشاد کا مفہوم ہے جس نے دین کا ایک باب سیکھا اسے ہزار رکعت نفل پڑھنے کا ثواب ملتا ہے تو ایک عالم سات آٹھ سال میں سینکڑوں ابواب دین کے سیکھتا ہے۔ اس کا اندازہ لگانا مشکل ہے۔

اس لیے آؤ میرے بھائیو اور محترم دوستو! ہم اپنے بہن' بھائیوں' بچوں اور رشتہ داروں میں سے کسی کو حافظ اور عالم بنانے کیلئے کوشش کریں' اللہ کی قسم تمہیں بھی اس حافظ اور عالم جتنا ثواب ملے گا۔

محترم بہنو اور بھائیو! آج ہم اگر اس دنیا کی مختصر زندگی میں اپنے معصوم پھولوں کی جدائی برداشت کریں گے تو وہ رب ذوالجلال نہ صرف ہماری زندگی خوبصورت بنا دے گا بلکہ ہماری قبر بھی ٹھنڈی کر دے گا اور آخرت کا ہمیشہ ہمیشہ کا چین وسکون بھی نصیب ہوگا۔ گھبرایئے نہیں: اپنے معصوم پھولوں کو اللہ اور پیارے آقا ﷺ کے مبارک و روشن دین کی اشاعت فروغ کیلئے وقف کر دیجئے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اپنے دین کی خدمت کیلئے قبول فرمائے۔ آمین!

اٹھراء کا آزمودہ نسخہ

ھوالشافی: پھل ملو' فلفل دراز' چاکسو' تخم کریلا' مجیٹھ' برگ نیم' گل منڈی' رسونت' کتھ سرخ' زیرہ سیاہ وسفید' صندل سرخ وسفید' تخم گاجر سب ہم وزن سفوف کر لیں گولی بقدر جنگلی بیر' ایک گولی صبح وشام کھانے کے بعد پانی کے ساتھ کھائیں۔ **(مرزا عبدالغفار بیگ' جہلم)**

واقعی جانوروں کی دعا بددعا لگتی ہے

یہ درست ہے کہ کسی کو حقارت کی نگاہ سے مت دیکھو۔ بٹ صاحب کی سوسائٹی بدلی۔ان کے دوستوں میں چند شراب پینے والے شامل ہوگئے۔انہوں نے بٹ صاحب کو شراب نوشی پر لگادیا اور اس قدر شراب پیتے ہیں کہ بے حساب۔ پھر مدہوش ہوکر گر پڑتے ہیں

ہمارا ایک ایک اچھا یا برا لفظ لکھا جارہا ہے۔ جو ہم سوچتے ہیں یا جو کرتے ہیں اس کا سارا ریکارڈ اللہ کے پاس محفوظ ہے جو کسی کے ساتھ ذرا برابر بھی زیادتی کرتا ہے اس کا حساب دینا پڑے گا اور وہ حساب اس دنیا میں بھی ہوسکتا ہے اور اگلی دنیا میں تو یقیناً حساب ہوگا۔میرے ایک جاننے والے ہیں ان کو بٹ صاحب کہتے ہیں باڈی بلڈنگ کا انتہا درجے کا شوق ہے اوپر سے جوانی کا زور ہے۔عمر 25/26 سال ہوگی۔ جب باڈی بلڈنگ کا شوق عروج پر تھا اس وقت ان کی عمر 21/22 سال تھی۔کلب میں سب سے زیادہ ''وزن لگانے'' کا ریکارڈ ان کا ہے۔جوانی پھڑکتی تھی۔خون ابلتا تھا' باڈی بلڈنگ کی ٹریننگ میں یہ بات شامل ہے کہ اپنے جذبات پر قابو رکھنا ہے' برداشت کا مادہ پیدا کرنا لازمی ہے۔بٹ صاحب جہاں سے گزرتے سب واہ واہ کرتے تھے۔لوگ ان کی باڈی کو دیکھنے کیلئے آتے تھے۔کچھ عرصہ تک اپنے استاد کی نصیحت پر بٹ صاحب نے عمل کیا مگر بعد میں ان میں قوت برداشت ختم ہونا شروع ہوگئی اور بات بات پر لڑنے کیلئے تیار ہوجاتے تھے۔ایک دفعہ ویگن میں سفر کررہے تھے۔فرنٹ سیٹ ان کیلئے مخصوص تھی۔ان کے ساتھ ایک شخص آکر بیٹھ گیا شکل سے لگتا تھا کہ کوئی نشہ وغیرہ کرتا ہے۔ بٹ صاحب کہتے ہیں کہ مجھے اس کی شکل دیکھ کر بلاوجہ غصہ آگیا اور میں خواہ مخواہ سیٹ پر چوڑا ہوکر بیٹھا تاکہ اس کو جگہ کم ملے۔اس نے کوئی احتجاج نہ کیا۔جب ویگن چلی تو اس شخص نے سگریٹ سلگانی چاہی مگر بٹ صاحب نے منع کردیا۔وہ شخص خاموش ہوگیا' سفر لمبا تھا۔اس شخص سے برداشت نہ ہوا اور اس نے دوبارہ سگریٹ نکالی تاکہ پی سکے۔اس بات پر بٹ صاحب کو غصہ آگیا اور انہوں نے ویگن میں بیٹھے اس شخص کو گال پر زوردار تھپڑ مارا اور بڑی آواز پیدا ہوئی۔سب سواریوں نے محسوس کیا کہ اس شخص کے ساتھ زیادتی ہوئی ہے اور بٹ صاحب نے کوئی شرمندگی محسوس نہ کی اور نہ ہی بعد میں معذرت کی۔جب سفر ختم ہوا تو وہ شخص ویگن سے اترا اس نے بٹ صاحب کو روک کر کہا کہ آپ نے مجھے ناحق تھپڑ مارا ہے اس کا حساب خدا خود لے گا اور تم بھی اسی عذاب میں مبتلا ہوگے جس میں میں ہوں۔ بٹ صاحب کو مزید غصہ آگیا اور اس شخص سے پوچھا کہ کس عذاب میں مبتلا ہو۔اس نے کہا کہ نشہ کرتا ہوں۔ بٹ صاحب نے بڑی نفرت اور حقارت سے کہا کہ جاؤ' جاؤ' اپنا کام کرو۔

یہ درست ہے کہ کسی کو حقارت کی نگاہ سے مت دیکھو۔ بٹ صاحب کی سوسائٹی بدلی۔ان کے دوستوں میں چند شراب پینے والے شامل ہوگئے۔انہوں نے بٹ صاحب کو شراب نوشی پر لگادیا اور اس قدر شراب پیتے ہیں کہ بے حساب۔پھر مدہوش ہوکر گر پڑتے ہیں۔اگر شراب نہ ملے تو جسم ٹوٹتا ہے۔ عجیب بے چینی شروع ہوجاتی ہے اور اکثر بٹ صاحب کہتے ہیں کہ مجھے یہ نشہ کی بیماری ناحق تھپڑ مارنے کی وجہ سے لگی ہے۔کاش وہ شخص مجھے ملے اور میں اس سے معافی مانگوں۔

بلی کو مارنے کا انجام

سرائے عالمگیر کا ایک واقعہ ہے ایک شخص محمد فاضل نامی انگلستان گیا ہوا تھا اس کا سرائے عالمگیر میں گھر تھا اور باہر ملک میں اچھی کمائی کرتا تھا۔یہاں اس نے یہ گھر بنایا تھا۔محمد فاضل میں نخوت بھی کسی حد تک موجود تھی۔ دن خوشی خوشی گزر رہے تھے۔ محمد فاضل یہاں کچھ دن چھٹی پر واپس آیا۔پہلی بیوی سے اولاد نہ تھی۔دوسری بیوی میں سے ایک ہی بیٹی تھی۔

ایک دن گھر کے صحن میں دودھ پڑا تھا۔کہیں سے ایک بلی آگئی اس نے دودھ میں منہ ڈال دیا۔کچھ پیا تھا کہ محمد فاضل کی نظر پڑ گئی۔ وہ بلی کے پیچھے بھاگا۔ بلی ڈرتے ہوئے بھاگی اور گھر کے کچن کی چمنی میں گھس گئی۔ فاضل نے جلدی جلدی چمنی بند کردی اور یوں یہ بلی اس چمنی میں قید ہوگئی۔ فاضل نے چمنی نہ کھولی اور بلی اس میں قید رہی۔تقریباً! چاریا پانچ دن گزر گئے۔کسی نے ایک دن چمنی کھول دی۔ بلی کئی دن کی بھوکی اور پیاسی تھی۔چمنی سے نڈھال حالت میں نکلی۔ چھت پر خشک روٹی کا ایک ٹکڑا پڑا تھا۔سخت بھوک کی حالت میں اس نے وہ ٹکڑا کھایا اور پانی پی لیا۔خشک روٹی اور ٹکڑا کھا کر بلی تڑپنے لگی۔بچوں نے محمد فاضل کو بتایا کہ بلی تو تڑپ رہی ہے۔اس نے بچوں سے کہا کہ اس کو ماردو۔بچوں نے بلی کو ماردیا۔کچھ دن بعد فاضل کی انگلستان واپسی تھی۔اس سے قبل ہی فاضل پر فالج کا اٹیک ہوا اور اس کا آدھا دھڑ مفلوج ہوگیا اور فاضل مکمل طور پر بچوں کا محتاج ہوکر رہ گیا۔نہ خود کھانا کھاسکتا تھا نہ چل سکتا تھا بلکہ خود حاجت سے فراغت حاصل نہ کرسکتا تھا۔مجبور اور بے کس بیوی سے لڑتا اور دل کی بھڑاس نکالتا۔ایک زبان ساتھ تھی اس پر بھی فالج کا اٹیک ہوا اور زبان بھی بند ہوگئی۔اب صرف اشاروں سے کچھ بات سمجھا سکتا تھا۔اسی اثناء میں اس کی اکلوتی جوان بیٹی فوت ہوگئی اور اب صرف فاضل تھا اور اس کی بیوی۔فاضل زیادہ دن زندہ نہ رہ سکا اور اسی فالج کی حالت میں فوت ہوگیا۔گویا کہ فاضل کی نسل ہی ختم ہوگئی۔بیوی یہ گھر چھوڑ کر ہمیشہ ہمیشہ کیلئے گاؤں چلی گئی۔ فاضل کی ساری دولت اس کے عزیزوں نے قبضہ میں لے لی اور بیوی کو بھی کچھ نہ مل سکا۔وہ بیوی جو خاوند کی کمائی پر ناز کرتی تھی اب گاؤں میں کسمپرسی کی حالت میں زندگی گزار رہی ہے۔**(ابوحذیفہ،راولپنڈی)**

چغلی کا انجام

ضلع جہلم کے ایک علاقے کا آدمی شیخ عاشق حسین تھا جس کی عادت تھی کہ ادھر اُدھر چغلی بہت لگاتا تھا اور لوگوں کے اندر پھوٹ ڈلوانا اور ان کو لڑانا اس کا مشغلہ تھا اگر وہ کسی کو مصیبت میں پھنسا دیتا تو اس کو اس میں عجیب لطف آتا۔ان کے گھر کے سامنے یتیم بہن بھائی رہتے تھے۔ان کی والدہ بھی فوت ہوچکی تھیں۔ایک بھائی باہر ملک میں کام کرتا تھا اور گھر کا گزارا چل رہا تھا۔عاشق کو پتہ نہیں کیا سوجھی اس نے بہن بھائیوں سے کہا کہ تم تو بجلی چوری کرتے ہو۔تمہارا بل تو بہت تھوڑا آتا ہے۔اس کے ساتھ ہی واپڈا میں کسی جاننے والے کے ذریعے جھوٹی گواہی دے آیا اور شکایت کردی کہ یہ گھر والے بجلی چور ہیں۔واپڈا والے گھر پہنچ گئے اور ان کو 25 ہزار روپے جرمانہ کردیا۔یتیم لڑکیوں نے بہت کہا کہ ہم چوری نہیں کرتے مگر انہوں نے ایک نہ سنی۔ عاشق بھی ان کے ساتھ تھا۔لڑکی نے تنگ آکر عاشق کو بددعا دی کہ تجھے اللہ اس ظلم کا بدلہ دے۔اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ عاشق کے پاؤں کی انگلیوں میں ایک پھوڑا نمودار ہوا جو علاج کروانے کے باوجود بڑھتا ہی چلا گیا۔آخر کار ڈاکٹر نے تجویز کیا کہ پاؤں کاٹنا پڑے گا ورنہ اس کے بڑھ جانے کا خطرہ ہے۔لہٰذا پاؤں کاٹ دیا گیا۔زخم مندمل ہوئے کچھ ہی دن ہوئے تھے کہ دوبارہ پنڈلی میں وہی مسئلہ شروع ہوگیا اب دوبارہ علاج شروع ہوا مگر فائدہ ندارد۔ آخر ڈاکٹر کی ہدایت پر گھٹنے تک ٹانگ کاٹنی پڑی۔اس پر بھی افاقہ نہ ہوا تو تیسرے آپریشن پر اس کی ساری ٹانگ کولہے تک کاٹ دی گئی۔اس کے گھر والے اس کو گلی میں کرسی پر بٹھا دیتے جہاں اس پر مکھیاں بھنبھناتی رہتیں اور یہ یہاں بیٹھ کر روتا رہتا اور یونہی روتے روتے وہ ایک دن گلی میں ہی مرگیا۔ **(ابن وفا قادری)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ، تجربہ، کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

مارچ کے جوابات

1۔ محترم بزرگ حاجی تاج محمد خان صاحب آپ کا مسئلہ زیادہ سنگین نہیں ہے۔ میرا تعلق بھی طب سے ہی ہے اور میں نے ان امراض میں عبقری کی ایک دوا ستر شفائیں سے زیادہ مفید کوئی دوا نہیں دیکھی۔ میں نے یہ دوا کئی مریضوں پر آزمائی ہے اور ہمیشہ رزلٹ سوفیصد ملے ہیں۔ آپ بھی بے فکر ہوکر عبقری کے دفتر سے ''ستر شفائیں'' لے کر صرف تین ڈبیاں استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کے مثانے کے غدود (پروسٹیٹ ورم) کا عارضہ ختم ہوجائے گا۔ (محمد قاسم، نوشہرہ)

2۔ آپ اپنے اخلاق اور صبر سے اپنے شوہر کو مسخر کریں۔ اخلاق میں ایسی طاقت ہے کہ سخت سے سخت دل موم ہوجاتا ہے۔ ان کے گھر والوں کا خیال رکھیں اور خلوص سے ان کی خدمت کریں۔ بہت جلد آپ اپنے شوہر میں تبدیلی محسوس کریں گی۔ (ساجدہ آصف، راولپنڈی)

2۔ بہن آپ بہت کثرت سے درود شریف پڑھیں۔ بہت زیادہ آزمودہ ہے۔ سخت سے سخت طبیعت بھی مائل ہوجاتی ہے لیکن شرط یہ ہے کہ پورے یقین سے پڑھیں۔ انشاء اللہ بہت جلد آپ کے شوہر کو آپ سے محبت ہوجائیگی۔ **(شفیق، قصور)**

3۔ اسلم بھائی! آپ ماہنامہ عبقری کے دفتر سے دم کیا ہوا شہد منگوا کر پابندی سے استعمال کریں۔ ہمارے ہاں بھی اولاد نہیں تھی میرے شوہر نے بھی دم کیا ہوا شہد استعمال کیا۔ اللہ پاک نے اپنی خصوصی رحمت کردی اور اب میں ایک چاندسی بیٹی کی ماں ہوں۔ **(شائلہ پروین، لاہور)**

4۔ محترمہ آپ کے ساتھ جو مسئلہ ہے۔ آج سے دوسال پہلے یہی مسئلہ میرے ساتھ بھی تھا۔ میرا بھی پورا جسم سمارٹ تھا لیکن کولہے اور رانوں پر بہت زیادہ چربی تھی جس کی وجہ سے میں بہت زیادہ شرمندگی محسوس کرتی تھی۔ لیکن پھر میں نے حب کبر نوشادری، جوارش کمونی اور جوارش جالینوس مستقل پانچ ماہ استعمال کی اور جو پرہیز لکھا گیا تھا وہی سختی سے کیا۔ اللہ نے کرم کیا اور بہت زبردست رزلٹ ملے۔ الحمدللہ اب میں بالکل تندرست ہوں۔ **(پروفیسر شاہین، رحیم یار خان)**

اپریل کے سوالات

1۔ میرا قارئین سے سوال ہے کہ اکثر لوگوں کے پیٹ میں پانی پڑ جاتا ہے ڈاکٹر اسے لاعلاج قرار دے دیتے ہیں۔ اگر علاج ہے بھی تو بھی بہت کٹھن لیکن شفاء یابی کی مکمل امید نہیں ہوتی اور مکمل کورس کے بعد دو تین ماہ کے اندر اندر مرض پھر سر اٹھا لیتا ہے۔ میری والدہ بھی اسی مرض کی وجہ سے اس دنیا سے رخصت ہوگئیں اور میرے ماموں بھی۔ کیا اس کیلئے آپ کے پاس کوئی نسخہ نہیں ہے جس کی وجہ سے پانی پیٹ سے خشک ہوجائے اور اگر ہے تو مہربانی فرما کر بتلادیں۔

(شبیر احمد صدیقی، گوجرانوالہ کینٹ)

2۔ بندہ مزدوری کیلئے ملک سے باہر جانا چاہتا ہے۔ گھریلو پریشانیاں اور تنگدستی ہے، بہت پریشان ہوں۔ کوئی سبب نہیں بن رہا۔ مہربانی فرما کر کوئی وظیفہ بتادیں۔

(عبدالجبار بابر، منڈی بہاؤالدین)

3۔ ماہنامہ عبقری کا شمارہ ملا۔ اچھی کوشش تھی، شمارے میں قارئین کے سوال قارئین کے جواب پر نظر پڑی۔ میرا بھی قارئین سے سوال ہے کہ میں طویل عرصہ سے بیروزگار ہوں صحت بہت گرچکی ہے، لگتا ہے میری مشکلات ختم نہ ہونگی۔ کبھی کبھی کپڑوں پر خون کے دھبے یا نشان نظر آتے ہیں۔ غالباً کچھ حاسد رشتہ داروں کی ریشہ دوانیاں ہیں۔ اگر میرے مسائل حل ہوگئے تو احسان مند رہوں گا۔ مفت روحانی تحفہ بھی ارسال کریں۔ مجھے اس کی اشد ضرورت ہے۔ **(فرحان ظفر)**

4۔ قارئین! میرا سوال یہ ہے کہ میری والدہ کے گھٹنوں میں بہت شدید درد رہتا ہے۔ چلنے پھرنے میں بہت زیادہ تکلیف ہوتی ہے۔ کھڑے یا بیٹھ کر نماز نہیں پڑھ سکتیں۔ ہم نے بہت علاج معالجے کروائے لیکن خاطر خواہ فائدہ نہیں ہوا۔ جس کی وجہ سے ہم سب گھر والے بہت پریشان ہیں۔ براہ مہربانی اگر کسی بہن یا بھائی کے پاس کوئی طبی یا روحانی نسخہ ہے تو عبقری کو ارسال کردیں۔ ساری زندگی دعائیں دیں گے۔

(شہناز سلیم جڑانوالہ، فیصل آباد)

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 14

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے غزوۂ تبوک کے موقع پر حضرت علیؓ کو مدینہ میں چھوڑ دیا۔ حضرت علیؓ نے عرض کیا: یارسول اللہ! کیا آپ مجھے عورتوں اور بچوں میں پیچھے چھوڑ کر جارہے ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا: کیا تم اس بات پر راضی نہیں کہ میرے ساتھ تمہاری وہی نسبت ہو جو حضرت ہارونؑ کی حضرت موسیٰؑ سے تھی البتہ میرے بعد کوئی نبی نہیں ہوگا۔ **(امام مسلم)**

حضرت ام عطیہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے ایک لشکر بھیجا اس میں حضرت علیؓ بھی تھے میں نے حضور نبی اکرم ﷺ کو دیکھا کہ آپ ﷺ ہاتھ اٹھا کر دعا کررہے تھے کہ یا اللہ! مجھے اس وقت تک موت نہ دینا جب تک میں علی کو (واپس بخیر وعافیت) نہ دیکھ لوں۔ **(ترمذی، طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ جب حضور اکرم ﷺ نے انصار و مہاجرین کے درمیان اخوت قائم کی تو حضرت علیؓ روتے ہوئے آئے اور عرض کیا یارسول اللہ! آپ ﷺ نے صحابہ کرام میں بھائی چارہ قائم فرمایا لیکن مجھے کسی کا بھائی نہیں بنایا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا و آخرت میں میرے بھائی ہو۔'' **(ترمذی، حاکم)**

حضرت ام سلمہؓ سے روایت ہے کہ بے شک حضور اکرم ﷺ جب ناراضگی کے عالم میں ہوتے تو ہم میں سے آپ ﷺ کے ساتھ سوائے حضرت علیؓ کے کسی کو کلام کرنے کی جرأت نہ ہوتی تھی۔ **(امام طبرانی، حاکم)**

حضرت سعد بن ابی وقاصؓ بیان کرتے ہیں کہ جب آیت مباہلہ: ''آپ فرمادیں آؤ ہم اپنے بیٹوں کو بلاتے ہیں اور تم اپنے بیٹوں کو بلاؤ'' نازل ہوئی تو حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علیؓ حضرت فاطمہؓ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کو بلایا، پھر فرمایا: یا اللہ یہ میرے اہل بیت ہیں۔'' **(مسلم، ترمذی)**

حضرت بریدہؓ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ کو عورتوں میں سب سے زیادہ محبوب اپنی صاحبزادی حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا تھیں اور مردوں میں سب سے زیادہ محبوب حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ تھے۔ **(ترمذی، حاکم)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

سازش سے نقصان

خواب: کچھ اس طرح ہے میں نے خواب میں دیکھا کہ ہم دونوں دوست آپس میں باتیں کررہے ہیں کہ اچانک کسی بات پر تلخ کلامی ہوگئی اور میرا دوست مجھ سے ناراض ہوگیا میں نے اپنے دوست کو راضی کرنے کی بہت کوشش کی لیکن ناکام رہا۔ میرا دوست مجھے بہت زیادہ عزیز ہے لہٰذا مجھ سے اس کی جدائی برداشت نہیں ہوتی۔ جب وہ مجھ سے راضی نہ ہوا تو دل میں اک درد سا ہوا اور میری آنکھ کھل گئی۔ **(ایس۔ٹیکسلا)**

تعبیر: ایسی کوئی پریشانی کی بات نہیں ہے۔ آپ اپنے اخلاق کو بہتر بنانے کی کوشش کریں اور وقار کے ساتھ زندگی گزاریں۔ برے ماحول سے اجتناب کریں کسی کی سازش سے نقصان ہوسکتا ہے۔

اختلافات دور کریں

خواب: میری دادی امی (مرحومہ) ڈیڑھ سال سے میرے تایا کے بیٹے کے گھر میں ہیں اور وہ بیمار ہیں (تایا کے بیٹے سے ہماری حقیقت میں لڑائی ہے' وہ اپنے بیوی بچوں کے ساتھ ہمارے محلے میں ہی رہتا ہے) دادی امی ان کے صحن میں چارپائی پر لیٹی ہوئی ہیں' میرا کزن اور اس کی بیوی پاس ہیں' ایسا لگتا ہے کہ ہم بھی اپنی دادی سے ناراض ہیں' ابو بھی ان سے ملنے نہیں جاتے جب مجھے پتا چلتا ہے کہ دادی بیمار ہیں تو میں بھاگ کر اپنے کزن کے گھر چلی جاتی ہوں۔ (حقیقت میں ہماری ان سے لڑائی ہے) اور دادی مجھے دیکھ کر بہت خوش ہوتی ہیں۔ میں ان سے گلے ملتی ہوں اور پھر ان کو اپنے گھر لے آتی ہوں' وہ صحن میں آتی ہیں تو سب ان سے گلے ملتے ہیں ایسا کہ جیسے ہماری کوئی ناراضگی نہ ہو۔ میں ان کو کمرے میں لے جاتی ہوں وہ مجھے کہتی ہیں کہ تمہارے ابو مجھ سے ناراض ہیں جب ابو آتے ہیں تو وہ بھی دادی سے بڑے خوش ہوکر ملتے ہیں۔ دادی بیڈ پر بیٹھی ہیں ابو ان کے گھٹنوں سے لگ کر نیچے بیٹھ جاتے ہیں بس پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(سمیرا ذوالفقار' لاہور)**

تعبیر: خواب اچھا ہے۔ آپ لوگ دادی کو ایصال ثواب کریں اور خاندانی جو بھی اختلافات ہیں ان کو دور کرنے کی کوشش کریں۔ اس سے آپ کی عزت میں اور اضافہ ہوگا اور خوشحالی آئیگی۔

خوب برکت ہوگی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں' امی اور میری چھوٹی بہن بازار جارہے ہیں۔ بازار میں گھوڑے فروخت ہورہے ہوتے ہیں۔ میں ایک گھوڑا خریدتی ہوں اور امی سے کہتی ہوں کہ آپ گھاس خریدلائیں۔ امی گھاس کا ایک بڑا سا گٹھڑ لے آتی ہیں اور ہم گھر کی طرف روانہ ہوجاتے ہیں۔ راستے میں ایک بڑا سا میدان آتا ہے' میدان میں بہت سی گائیں ہوتی ہیں تین گائیں آپس میں لڑرہی ہوتی ہیں میں امی سے کہتی ہوں ایک طرف کو ہوجائیں کہیں ہمیں چوٹ نہ لگ جائے۔ پورا میدان گھوم کر ہم گھوڑا لے کر گھر آجاتے ہیں۔ **(ثروت' عبدالغنی۔کراچی)**

تعبیر: بہت اچھا خواب ہے۔ آپ کے مال میں خوب برکت ہوگی اور عزت میں بھی خوب اضافہ ہوگا۔ آپ خوب غریبوں کا خیال رکھیں اور زیادہ سے زیادہ صدقہ خیرات کریں۔

انکار نہ کریں

خواب: میں نے دیکھا کہ جیسے کوئی تقریب ہے اور میرا کزن (ک) مجھے سفید اور گلابی چم چم (مٹھائی) کھلاتا ہے۔ (حقیقت میں ہم نے سنا ہے کہ ان کے گھر سے رشتہ آئے گا مگر ابھی تک وہ لوگ نہیں آئے)۔ (ک) کے برابر میں ایک اور لڑکا کھڑا ہے جیسے حقیقت میں' میں نے دیکھا تو ہے مگر میں اسے جانتی نہیں ہوں وہ بھی مجھے مٹھائی کھلانے کی کوشش کرتا ہے مگر میں کھاتی نہیں ہوں۔ اس کے ہاتھ میں پیلے رنگ کی مٹھائی ہوتی ہے اور اس کے اوپر لال اور ہرا کچھ لگا ہوتا ہے۔ جس وقت میری آنکھ کھلی اس وقت فجر کی جماعت ہورہی تھی۔ **(شمائلہ طارق' اوکاڑہ)**

تعبیر: خواب تو آپ کے حق میں بہت اچھا ثابت ہوگا۔ بہت ساری خوشیاں نصیب ہوں گی اور ہر طرح کی پریشانی سے حفاظت ہوگی اگر اس طرف سے رشتہ کی بات ہو تو انکار نہ کریں۔ اچھی طرح دیکھ بھال کر فیصلہ کریں۔

گندے اثرات

خواب: میں نے دیکھا کہ رات کا وقت ہے میں سورہی ہوں جب جاگتی ہوں' کروٹ لیتی ہوں' دوپٹہ کا صرف ایک پلو میری گردن پر ہے۔ باقی سارے کا سارا دوپٹہ فرش پر پڑا ہے جب میں اسے کھینچتی ہوں تو محسوس ہوتا ہے کہ دوپٹہ کہیں اٹکا ہوا ہے جب آنکھیں کھول کر نیچے دیکھتی ہوں کہ ایک کبوتر ہے اور میرا دوپٹہ اس کے پنجوں کے ساتھ اٹکا ہوا ہے کبوتر اڑتا ہے اور اڑتے اڑتے دیوار کے ساتھ جا لگتا ہے۔ دوپٹے کا ایک پلو میرے ہاتھ میں ہے اور دوسرا کبوتر کے پنجوں میں' میں اپنی طرف کھینچتی ہوں لیکن کبوتر اڑ رہا ہے۔ میں دیکھتی ہوں وہ کبوتر کبھی مرغی بن جاتا ہے اور کبھی کوئی اور چیز اور کبھی کوئی اور پرندہ۔ میرے دل میں خیال آتا ہے کہ یہ تو کوئی اور مخلوق ہے جو صورت تبدیل کررہی ہے پھر میں آیت الکرسی پڑھنا شروع کردیتی ہوں۔ چار دفعہ پڑھنے کے بعد پانچویں دفعہ پڑھتی ہوں تو کبوتر کی گرفت کمزور ہوجاتی ہے اور دوپٹہ میری طرف آنے لگتا ہے' اتنے میں میری والدہ باہر سے آکر دروازہ کھولتی ہیں۔ میں کہتی ہوں الحمدللہ امی جان آگئی ہیں۔ مجھے اکیلے ڈر لگ رہا تھا پھر وہ کبوتر تین چار لڑکیاں بن جاتا ہے ان کی عمریں اٹھارہ سے بیس سال تک ہوتی ہیں۔ میں اندر سے خوفزدہ ہوں لیکن ان پر یہ ظاہر نہیں ہونے دیتی۔ میں چاہتی ہوں کہ وہ یہ محسوس ہی نہ کریں کہ میں ڈر گئی ہوں پھر وہ میری امی کے ساتھ دروازے سے باہر نکل جاتی ہیں۔ میں اللہ کا شکر ادا کرتی ہوں پھر منظر بدلتا ہے' میں ایک جگہ بیٹھی ہوئی ہوں اور بھی کچھ عورتیں میرے ساتھ بیٹھی ہوتی ہیں میں ان سے باتیں کررہی ہوں۔ باتوں کے دوران میرا دوپٹہ پھسل کر کندھوں پر آجاتا ہے میں اسے سر پر لینے لگتی ہوں تو محسوس ہوتا ہے کہ دوپٹہ کہیں اٹکا ہوا ہے میں پیچھے مڑ کر دیکھتی ہوں تو واقعی دوپٹہ اٹکا ہوا ہوتا ہے۔ اتنے میں میری کزن آتی ہے وہ اسے زور سے کھینچنا شروع کردیتی ہے میں اس سے کہتی ہوں دوپٹہ پھٹ جائے گا آرام سے نکالو۔ دوپٹہ اس چارپائی کے پائے کے نیچے دبا ہوتا ہے جس پر چند عورتیں بیٹھی ہوتی ہیں اس کے بعد وہ عورتیں کسی طرح وہاں سے اٹھ جاتی ہیں اور میری کزن دوپٹہ پائے کے نیچے سے نکال دیتی ہے۔

تعبیر: خواب کے مطابق آپ کو گندے اثرات تنگ کررہے ہیں ان کی کوشش ہے کہ آپ کو زیادہ سے زیادہ تنگ کیا جائے۔ آپ تھوڑی احتیاط کریں وضو کا اہتمام کریں اور ہر فرض کے بعد تین بار آیت الکرسی پڑھ کر بدن پر دم کریں۔ اس کزن سے آپ مشورہ کرسکتی ہیں اس سے آپ کو نفع ہوگا۔

دماغ کی کمزوری کیلئے: سات عدد منقیٰ بیج دور کرکے رات کو آدھا پاؤ دودھ میں بھگودیں۔ صبح نہار منہ دودھ اور منقیٰ کھالیں۔ ایک ہفتہ استعمال کریں۔ پھر وقفے وقفے سے استعمال کریں۔ انشاءاللہ شفاء ہوگی **(یونس قادری ٹنڈو آدم سندھ)**

والد کی وفات اور بیٹے کی سنگدلی

نور حمید خان، کراچی

مجھے بلایا اور کہا کہ فوراً گیٹ بند کردو اور ٹی وی لاؤنج کے پردے گرادو اور دروازہ بند کردو میں ڈر گیا کہ پتہ نہیں یہ صاحب کیا کرنے والا ہے۔ کہیں مجھے مار نہ دے۔ مگر اس نے عجیب بات کہی کہ فوراً ٹی وی چلاؤ آج ڈرامہ کی قسط چلنی ہے

مشہور جیولرز والے

لاہور میں ایک مشہور جیولرز والے تھے۔ اس کے والد نے اپنا واقعہ سنایا کہ جب چھوٹا تھا تو بہت غریب تھا۔ اتنا غریب تھا کہ صرف ایک چادر اور بنیان تھی۔ جب سکول جاتا تھا تو یہی چادر اور بنیان پہن کر جاتا تھا۔ سکول سے واپس آنے کے بعد ہندو سنار کے پاس کام کرتا تھا۔ ہندو چاندی کا کاروبار کرتا تھا۔ ایک دن ہندو بیمار ہوگیا اور 8/10 دن دکان پر نہ آیا اور تمام کاروبار اس کے حوالے کردیا۔ جب ہندو واپس آیا تو میں نے اس کو سارا حساب دے دیا۔ وہ بڑا خوش ہوا اور مجھے اپنے ساتھ پارٹنر بنالیا جب وہ مرگیا تو ساری جائیداد مجھے دے گیا کیونکہ اس کی اولاد نہیں تھی۔ پھر میں نے فیملی جیولرز کے نام سے دکان کھول لی۔ اللہ پاک نے بڑی برکت دی اور دکان اپنے بیٹے کے سپرد کردی۔ ایک دفعہ اس کی سگی ماں زیورات بنوانے آئی تو اس کو بھی کاٹ لگالی۔ ماں بڑی حیران ہوئی بس اس دن کے بعد ان کا زوال شروع ہوگیا۔ اصل مالک فوت ہوگیا۔ بیٹے نے کاروبار پہلے ہی سنبھالا ہوا تھا۔ پوتے نالائق نکلے اور عیاشی میں پڑ گئے اور اس طرح تمام کاروبار تباہ و برباد ہوگیا۔ ہر چیز لٹ گئی۔ ساکھ ختم ہوگئی۔ جائیداد بک گئی، پوتے نے سب کچھ ختم کردیا ہے اور خود نوکری کررہا ہے۔ سچ ہے کہ جو رشتوں کا احترام نہیں کرتا وہ تباہ و برباد ہوجاتا ہے وہ بھول جاتا ہے کہ یہ صرف اللہ کے فیض سے ممکن ہے۔ اس میں انسان کا کوئی کمال نہیں ہے۔

ڈرامے کی قسط کیوں چھوٹے؟؟؟

میں ایک شخص کے ہاں ملازمت کرتا تھا۔ وہ شخص انتہائی مالدار آدمی تھا۔ مجھے بھی ملازمت کا کوئی تجربہ نہیں تھا۔ اور نہ ہی بڑے لوگوں کے مزاج سے واقف تھا۔ مجھے ملازمت کرتے ہوئے تھوڑا ہی عرصہ گزرا تھا کہ اچانک اس شخص کا والد فوت ہوگیا۔ عصر کے وقت جنازہ ہوا۔ دفن کرنے کے بعد لوگ گھر میں اکٹھے ہوگئے۔ ساڑھے سات بجے رات کا وقت ہوا تو صاحب کی طبیعت میں بے چینی بڑھنے لگی۔ مجھے کہنے لگے کہ مہمانوں کو کہو کہ آپ جائیں۔ میں نے ایک دو آدمیوں کو کہا۔ باقیوں نے سن لیا اور خود ہی اٹھ کر چلے گئے۔ تقریباً آٹھ بجے تمام افراد چلے گئے۔ وہ صاحب فوراً اندر چلے گئے۔ مجھے بلایا اور کہا کہ فوراً گیٹ بند کردو اور ٹی وی لاؤنج کے پردے گرادو اور دروازہ بند کردو میں ڈر گیا کہ پتہ نہیں یہ صاحب کیا کرنے والا ہے۔ کہیں مجھے مار نہ دے۔ مگر اس نے عجیب بات کہی کہ فوراً ٹی وی چلاؤ آج ڈرامہ کی قسط چلنی ہے۔ میں نے آج تک اس ڈرامے کی کوئی قسط نہیں چھوڑی۔ میں پریشان تھا کہ اگر مہمان بیٹھے رہے تو میں ڈرامہ نہیں دیکھ سکوں گا۔

میں اس کے منہ کی طرف دیکھ رہا تھا اور سوچ رہا تھا کہ اسے اپنے والد کے مرنے کا کوئی غم نہیں ہے مگر اپنے ڈرامے کی قسط چھوٹ جانے کی کتنی فکر ہے۔ جب خون سفید ہوجاتا ہے تو تمام رشتے ناطے ختم ہوجاتے ہیں۔

جوہر شفاء مدینہ کا کمال

السلام علیکم حکیم صاحب! آپ نے مجھے جوہر شفاء مدینہ کی دو ڈبیاں بھجوائی تھیں ایک ڈبی پچھلے ماہ ختم ہوگئی اب دوسری ڈبی استعمال کررہی ہوں۔ میرا معدے کا مسئلہ تھا، منہ کا ذائقہ خراب رہتا تھا۔ کبھی کبھی منہ پھول جاتا تھا یعنی چھالے وغیرہ نکل آتے تھے۔ مسوڑھوں سے خون آتا تھا، پیٹ میں گیس بہت ہوتی تھی۔ بھوک بہت کم لگتی تھی۔ قبض بھی ہوتی تھی۔ آپ کی دوائی جوہر شفاء مدینہ کے استعمال سے کافی فرق پڑا میں نے جو کبھی صرف دس روزے رکھتی تھی اس بار اللہ کے فضل سے سارے روزے رکھے اور مسوڑھوں سے خون جو مسلسل آتا تھا اب تین دنوں کے بعد آتا ہے وہ بھی بہت کم مقدار میں۔ حکیم صاحب اب میرے منہ کا ذائقہ کافی ٹھیک ہے۔ تالو پر جو تہہ جم جاتی تھی وہ بھی اب نہیں جمتی۔ اب مجھے بھوک کھل کر لگتی ہے اور میری صحت بھی کافی اچھی ہوگئی ہے۔ کچھ عرصہ قبل میں نے موٹے ہونے کیلئے ایک دوائی استعمال کی تھی جس کے کچھ سائیڈ ایفیکٹ ہوئے تھے۔ میرے چہرے پر بال اور دانے نکل آئے تھے اور میرا رنگ بھی خراب ہوگیا تھا۔ جوہر شفاء مدینہ کے استعمال کے بعد میرے یہ مسائل بھی کم ہورہے ہیں۔ **(نادیہ قدرت الٰہی، اٹک)**

میں نے کیا پایا

فرزانہ کوثر، پشاور

درس ہدایت سے استغفار کرنے کا طریقہ سیکھا دعا کرنے کا طریقہ سیکھا شکر کرنے کا طریقہ سیکھا توبہ کرنے کی توفیق ملی اللہ کے فضل کرم سے

حکیم صاحب السلام علیکم! ہم آپ کے رسالے عبقری کے شمارہ نمبر 1 سے لے کر اب تک کے قاری ہیں۔ آپ کا یہ رسالہ بہت زبردست ہے جتنی تعریف کی جائے کم ہے۔ یہ رسالہ ہر قسم کے ذوق رکھنے والے کیلئے موزوں ہے اس سے ہم ہر قسم کی چیزوں سے جیسے روحانی، طبی اور عبرتناک مضامین سے مستفید ہوتے ہیں اور عبرت حاصل کرتے ہیں۔ کبھی ایک قصہ یا لفظ انسان کیلئے توبہ کا سبب بن جاتا ہے اور وہ اللہ کے حضور معافی کا طلب گار بن جاتا ہے۔ درس ہدایت سے استغفار کرنے کا طریقہ سیکھا، دعا کرنے کا طریقہ سیکھا، شکر کرنے کا طریقہ سیکھا، روحانی محفل میں شرکت کرکے پورا مہینہ روحانی تسکین اور مطمئن ہونے کا اللہ پاک نے ذریعہ بنادیا ہے اور دل پرسکون ہوجاتا ہے جیسے گمشدہ چیز مل گئی ہو اور درود شریف صلی اللہ علی محمد کا ورد کرنے سے ایسے محسوس ہوتا ہے کہ جیسے خشک فصل کو پانی مل جائے اور وہ لہلہاتا ہے اور توبہ کرنے کی توفیق ملی اللہ کے فضل کرم سے۔ غرض یہ کہ یہ ہمارے لیے راہ ہدایت ہے اس رسالے کے مضامین پڑھ کر ایسا محسوس ہوتا ہے کہ یہ غیر محسوس طریقے سے دل میں سرایت کرکے اعمال پر خودبخود اثر انداز ہوتے ہیں اللہ آپ کو صحت و تندرستی کے ساتھ صالح اور نیک لمبی عمر عطا فرمائے ہمارے سمیت تاکہ آپ لکھتے جائیں اور ہم پڑھتے جائیں اور فوائد حاصل کرتے جائیں۔

بغیر آپریشن الرنیاں ٹھیک

جن افراد کا آپریشن ٹھیک ہوچکا ہے وہ بھی یہ علاج کرسکتے ہیں۔ آپریشن کروانے کے بعد یہ مرض دوسری بار ہوجاتا ہے۔ یہ نسخہ ایک حکیم صاحب سے لیا ہے۔ دو افراد کو تو راقمہ نے استعمال کروایا اللہ نے شفاء دی۔ حکماء کے نسخے مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ **ھوالشافی:** ڈوڈا دھتورا آدھا کلو، تازہ اپریل مئی کے موسم میں ہوتا ہے۔ گیند کے برابر سائز اوپر کانٹے ہوتے ہیں۔ سرسوں کا تیل ایک پاؤ، سرسوں کے تیل میں دھتورے کو دھیمی آنچ پر جلائیں۔ جب دھتورا جل کے کوئلہ ہوجائے تو اس تیل کو چھان کر شیشے کی بوتل میں رکھ لیں۔ الرنیا والی جگہ پر مالش کریں اور تیل سے تر رکھیں۔ تھوڑا عرصہ استعمال سے الرنیا ہمیشہ کیلئے ختم ہوجائیگی۔ **(ذکیہ اقتدار، بہاولنگر)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بچے کی بیماری

میرا بچہ تین ماہ کا ہے۔ میں سکول میں پڑھانے جاتی ہوں۔ گھر پر کوئی نہیں۔ میں نے ایک مائی کو چار گھنٹے کیلئے ملازم رکھا ہے۔ وہ سکول میں بچے کو لے کر بیٹھی رہتی ہے۔ کبھی کبھی بچہ شام کو بہت روتا ہے۔ میری سمجھ میں نہیں آتا کہ بچے کی بیماری کا پتہ کیسے چلایا جائے۔ وہ تو کچھ بول نہیں سکتا اور میرا یہ پہلا بچہ ہے۔ مجھے خود سمجھ نہیں آتی یہ کیوں شام کو روتا ہے۔ مائی کے پاس چپ چاپ رہتا ہے۔ کیا آپ بتاسکیں گی کہ بچہ بیمار ہوتو کیسے پتہ چل سکتا ہے؟ **(مسز اکمل، راولپنڈی)**

مشورہ: دراصل یہ آپ کا پہلا بچہ ہے۔ اس لیے آپ پریشان ہورہی ہیں۔ پہلے گھر میں مشترکہ نظام ہوتا تھا جس سے بچے باآسانی پرورش پاتے تھے ویسے آپ کو ایک بات بتاؤں' عموماً بچے مغرب سے پہلے ضرور روروکر اپنی نشان دہی کرتے ہیں۔ ہوسکتا ہے آپ شام کو کھانا پکانے میں مصروف ہوں اور ننھے میاں نے اپنے کپڑے خراب کرلیے ہوں۔ پیشاب سے ان کا جانگیہ گیلا ہوگیا ہو اور وہ شور مچارہے ہوں۔ بعض دفعہ بچے کی سیفٹی پن بھی چبھ جاتی ہے۔ آپ پہلے بچے کو چیک کیجئے۔ صاف ستھرا کرکے اسے کندھے سے لگائیے۔ بچے کی پوزیشن بدلنے سے بھی بچہ چپ کرجاتا ہے۔ بچے کے کان میں درد ہوتو بچہ بے چین رہتا ہے۔ دودھ پلانے کے بعد بچے کو ڈکار دلانی چاہیے۔ بعض دفعہ کوئی کیڑا بچے کو کاٹ جاتا ہے۔ آپ بچے کو اچھی طرح دیکھئے' گندے کپڑوں اور موسم کی حدت سے بچے کے نچلے جسم پر نشان پڑتے ہیں۔ آپ بچے کو پانی سے صاف کرکے بے بی پاؤڈر چھڑک کر جانگیہ پہنائیے۔ گرمی کے موسم میں نائیلون کا جانگیانہ پہنائیے ورنہ اسے تکلیف ہوگی۔ بیماری میں بچہ بے چین اور چڑچڑا ہوجاتا ہے۔ بخار ہوتو چہرہ گرم اور سرخ ہوتا ہے۔ بعض اوقات آنکھوں اور ناک سے پانی بہتا ہے۔ اس وقت آپ فوراً ڈاکٹر کو دکھائیے۔ بچے کو نرم ہاتھوں سے سنبھال کر گود میں لیجئے۔ وہ تھوڑی دیر میں خاموش ہوجائے گا۔

مجھے کینسر ہے

میں ملازمت کرتی ہوں اور مجھے بریسٹ کینسر ہے۔ اس کی جڑیں پھیل گئی ہیں۔ میں نے خود اس مرض کے بارے میں پڑھا ہے۔ آپریشن نہیں کراتی کیونکہ یہ اور بڑھ جائے گا اور ممکن ہے چھاتیاں کاٹ دیں۔ مجھ سے ایک لڑکا محبت کرتا ہے اور وہ باوجود اس کے کہ میں کینسر کی مریضہ ہوں' مجھ سے شادی کیلئے تیار ہے۔ پچھلے ہفتے مجھے پتہ چلا اس لڑکے کی ماں کا انتقال ہوگیا ہے۔ میں اس کے گھر گئی۔ اس کے گھر والے کہنے لگے ''اس کی بچپن کی منگیتر ہے۔ یہ تم سے شادی کرے گا اور ہم اس لڑکی سے نکاح پڑھادیں گے کیونکہ یہ بزرگوں کا معاملہ ہے۔'' میں نے اس کی منگیتر کو دیکھا' پھر واپس آگئی۔ اب اس لڑکے کے روز فون آرہے ہیں۔ وہ کہتا ہے میں تمہارے بغیر مرجاؤں گا۔ میں نے اسے شادی کے سلسلے میں منع کردیا ہے۔ اب بتائیے میں کیا کروں؟ **(غ۔ح۔ فیصل آباد)**

مشورہ: آپ کا طویل خط ملا۔ آپ کے ساتھ واقعی سانحہ ہوا ہے۔ آپ نے اعتماد کیا اور اس نے اپنی زندگی کے بارے میں آپ کو بتایا نہیں۔ بس صرف ایک بات ہے کہ وہ کینسر کے باوجود آپ سے شادی کرنا چاہ رہا تھا۔ یہ بھی ہوسکتا ہے اسے جہیز اور روپے کا لالچ ہو۔ وہ سوچتا ہو آپ کے بعد وہ دوسری شادی کرے گا۔ آپ نے اچھا کیا کہ اسے منع کردیا۔ ویسے بھی وہ ایک وقت میں دولڑکیوں سے معاشقہ لڑاتا رہا ہے۔ میں آپ کو یہی مشورہ دوں گی کہ خدا جو کرتا ہے وہ بہتر کرتا ہے۔ آپ اپنے ذہن سے ساری باتیں جھٹک کر اپنے علاج کی طرف متوجہ ہوجائیے۔ اللہ تعالیٰ آپ کو صحت اور زندگی دے' رشتے اور بھی مل جائیں گے۔ آپ اس وقت جس جذباتی کشمکش سے گزر رہی ہیں اس کی وجہ سے یہ مرض اور بڑھ سکتا ہے۔

چوری چھپے نکاح کرنے کا مشورہ غلط ہے۔ آپ ایسی غلطی نہ کیجئے گا۔ اس لڑکے کو آپ سے محبت ہے تو وہ سب کے سامنے آکر آپ سے شادی کرے۔ نکاح تو ایک اعلان ہوتا ہے شادی کا۔ اور وہ لڑکا اسی بات سے بھاگ رہا ہے۔ آپ خاموش ہوجائیے۔ اس لڑکے سے ملنا جلنا چھوڑ دیجئے۔ رہی خودکشی کی بات تو وہ ایسا بھی نہیں کرے گا۔ آپ پریشان نہ ہوں۔ آپ اللہ تعالیٰ سے دعا کیجئے اور اپنا علاج کرائیے۔ اللہ رحم کرنے والا ہے۔

غریبوں کے بیوٹی پارلر

میں بارڈر کیساتھ ایک چک میں رہتی ہوں۔ میٹرک تک پڑھا ہے۔ لاہور سے کوئی عزیز آئے تو وہ میرے لیے پرانے رسالے' میگزین لے آتے ہیں۔ میں سوچتی ہوں ساری آسائشیں امیروں کی بیٹیوں کیلئے ہیں۔ وہ چیک اپ کراتی ہیں اور بیوٹی پارلر باقاعدگی سے جاتی ہیں۔ کیا ہم دورافتادہ چک کی لڑکیاں چہرے پر کریم بھی نہیں لگاسکتیں۔ کلینزنگ کریم اور اسکن ٹانک ہم نہیں استعمال کرسکتے۔ ہم نے شیمپو بھی نہیں دیکھا۔ کیا غریبوں کے بیوٹی پارلر نہیں ہوتے؟ **(برکت عظیم)**

مشورہ: برکت بی بی! ماشاء اللہ آپ نے چک میں رہتے ہوئے میٹرک کرلیا ہے۔ آپ کو علم ہے کہ گاؤں کی آب وہوا کتنی اچھی ہوتی ہے۔ فضا میں بسوں اور ویگنوں کا دھواں نہیں ہوتا۔ صاف ستھری سبزیاں ملتی ہیں۔ اس سے قدرتی طور پر چہرے کی دلکشی برقرار رہتی ہے۔ شہروں کی طرح نہیں کہ طرح طرح کی کریمیں اور لوشن لگانے کے بعد بھی چہرے کا برا حال ہوتا ہے۔ آپ کو ایک بات بتاؤں سب سے اچھی کلینزنگ کریم دودھ ہے جو آپ کے گاؤں میں خالص ملتا ہے۔

رات کو نیم گرم دودھ چوتھائی کپ لے کر اس میں تھوڑی سی روئی بھگوئیے اور چہرے پر آہستہ آہستہ ملیے۔ چہرے پر ملنے کے بعد دوسری روئی لے کر دودھ میں بھگو کر گردن پر ملیے اور پھر ہاتھوں پر۔ سوکھنے پر سوجائیے۔ صبح اٹھ کر منہ دھولیجئے۔ پھر ایک چمچ بیسن لے کر اس میں تھوڑا سا پانی ملا کر چہرے پر ابٹن کی طرح ملئے اور منہ دھولیجئے۔ آپ کا چہرہ صاف ستھرا رہے گا۔ کبھی کبھی آدھا چمچ شہد بیسن میں ملائیے اور تھوڑا سا لیموں کا رس' پانی سے ابٹن کی طرح گاڑھا گاڑھا گھول کر چہرے پر لگائیے۔ دس منٹ بعد منہ پانی سے دھولیجئے۔ چہرہ نکھر جائے گا۔

ایک لڑکی جو بے انتہا غریب تھی۔ گھر میں کچھ نہیں تھا' اس کے باوجود اس لڑکی کے بال کمر سے نیچے تک تھا اور چہرہ چاند کی طرح چمکتا ہوا تھا۔ میں اس لڑکی کے گھر گئی تو دیکھا' سرسوں کی کھل مٹی کے پیالے میں بھیگی ہے اور وہ سر دھو رہی ہے۔ اس لڑکی نے کہا کہ میں نے آج تک صابن استعمال نہیں کیا۔ سرسوں کی کھل سے نہاتی ہوں سر دھوتی ہوں۔ منہ بھی اس سے دھوتی ہوں۔ ہم غریب لوگ ہیں' ہمارا شیمپو سرسوں کی تازہ کھل ہے۔ ہم سب کے بال سیاہ چمکیلے اور لمبے ہیں۔

آپ بھی پریشان نہ ہوں۔ تازہ دودھ' لسی اور مٹی کی چاٹی والی چھاچھ بہترین غذا ہے۔ تازی سبزیاں گوشت سے بہتر ہیں اور دودھ کا ماسک بہت اچھا ہے۔ بیوٹی پارلر میں تو بار بار جانا پڑتا ہے۔ وقتی حسن سے بہتر ہے آپ کا چہرہ پھول کی طرح شاداب اور شگفتہ ہو۔

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

ہر فساد کیلئے ایک نسخہ کیمیا

بیٹا تم ٹھیک ہی کہتے ہو مگر مجھے یہ خیال آ رہا ہے کہ یہ بچھو ہے‘ اللہ نے اس کی فطرت اور سرشت میں ڈنک مارنا رکھا ہے میں نبی رحمۃ اللعالمین ﷺ کا غلام ہوں‘ میری فطرت میں اللہ کی مخلوق کی خدمت اور مدد کرنا ہے

دریا کے کنارے وضو کیلئے بیٹھ کر انہوں نے دریا کی طرف پانی کیلئے ہاتھ بڑھایا تو خواجہ خواجگان حضرت گیسودراز رحمۃ اللہ علیہ نے دیکھا ایک بچھو دریا کے بہاؤ سے باہر نکلنے کی کوشش کر رہا ہے مگر دریا کا تیز بہاؤ اس کو کامیاب نہیں ہونے دیتا‘ ان کے دل میں خیال آیا یہ بچھو اللہ کی مخلوق ہے مجھے اس کی مدد کرنی چاہیے۔

یہ سوچ کر انہوں نے بچھو کو پانی سے نکالنے کیلئے پانی میں ہاتھ ڈالا‘ بچھو ہاتھ میں اٹھا کر جیسے ہی باہر نکالنا چاہا وہ تو بچھو تھا‘ اس نے فوراً ہاتھ میں ڈنک مارا‘ ڈنک مارنے سے تکلیف ہوئی اور بچھو ہاتھ سے چھوٹ گیا‘ خواجہ نے ہاتھ کو دبایا ڈنک نکالنے کی کوشش کی اور پھر وضو کیلئے ہاتھ بڑھایا تو انہوں نے دیکھا وہ بچھو الٹے پلٹے لے کر پھر دریا سے نکلنے کی کوشش کر رہا ہے۔ خواجہ نے اپنا فرض سمجھ کر پھر اس کو نکالنے کیلئے ہاتھ بڑھایا جیسے ہی بچھو کو ہاتھ میں اٹھایا اس نے ڈنک مارا بچھو ہاتھ سے چھوٹ گیا دوسری بار پہلے سے بھی زیادہ تکلیف دی۔ کچھ دیر کے بعد پھر وضو کیلئے ہاتھ بڑھایا اور بچھو کو پھر اسی حالت میں پایا اور پھر از راہ رحمت نکالنے کیلئے ہاتھ میں اٹھایا‘ بچھو نے تیسری بار بھی ڈنک مار دیا اور چھوٹ کر دریا میں گر گیا۔

ایک نوجوان دور بیٹھا یہ تماشہ دیکھ رہا تھا اس سے رہا نہ گیا اور وہ خواجہ گیسودراز رحمۃ اللہ علیہ کے پاس آیا اور بولا آپ مجنون ہیں یا دیوانے؟ جواب دیا آپ کو کیوں غم ہے؟ نوجوان بولا یہ بچھو بار بار آپ کے ہاتھ میں ڈنک مار رہا ہے اور آپ بار بار اس کو دریا سے نکالنے کی کوشش کر رہے ہیں۔ خواجہ گیسودراز رحمۃ اللہ علیہ نے جواب دیا‘ بیٹا تم ٹھیک ہی کہتے ہو مگر مجھے یہ خیال آ رہا ہے کہ یہ بچھو ہے‘ اللہ نے اس کی فطرت اور سرشت میں ڈنک مارنا رکھا ہے میں نبی رحمۃ اللعالمین ﷺ کا غلام ہوں‘ میری فطرت میں اللہ کی مخلوق کی خدمت اور مدد کرنا ہے‘ مجھے یہ خیال آ رہا ہے کہ جب یہ اپنی بری خو نہیں چھوڑ رہا ہے تو میں اپنی اچھی خو کیوں چھوڑ دوں؟ سچی بات یہ ہے کہ دنیا میں جو بھی فساد برپا ہوتا ہے انفعال کی وجہ سے ہوتا ہے۔

اسلام دین فطرت ہے‘ اس نے انسان کو کسی برائی یا ظلم کا‘ اس کے برابر بدلہ لینے کا حق دیا ہے‘ اسلام نے یہ حکم ہرگز نہیں دیا کہ کوئی تمہارے گال پر مارے تو تم دوسرا گال اس کے سامنے کر دو‘ یہ انسانی فطرت سے میل کھانے والا حکم نہیں ہے‘ مگر چونکہ جب انسان بدلہ لیتا ہے تو برابر بدلہ لینے کے بجائے نادانستہ زیادتی کر جاتا ہے اسی لیے معاف کرنے اور درگزر کرنے کی بڑائی بیان کی گئی ہے۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ترجمہ: نیکی اور بدی برابر نہیں ہوتی آپ نیک برتاؤ سے بدی کو ٹال دیجئے پھر یکایک آپ میں اور آپ کے دشمن میں ایسی دوستی ہو جائے گی کویا دلی دوست ہو‘‘ اور ساتھ میں برائی کا بدلہ بھلائی سے دینے کی لذت سے واقف کرانے کیلئے ارشاد ہے۔ ترجمہ: ’’اور یہ بات انہیں لوگوں کو نصیب ہوتی ہے جس مستقل مزاج ہیں اور بڑے نصیب والے ہیں۔‘‘

یہ انفعال اور بدلہ کا جذبہ انسان کو مظلوم کی صف سے نکال کر ظالم کی صف میں کھڑا کر دیتا ہے ہم پر کسی نے ظلم کیا تو ہم مظلوم ہیں اور مظلوم کی طرف اللہ کی مدد اور ظالم کی طرف اللہ کا قہر آتا ہے۔ اب ہم نے بدلہ اور انفعال کا معاملہ کیا تو اکثر زیادتی ہو جاتی ہے اب منظر بدل جاتا ہے یہاں حریف مظلوم اور ہم ظالم ہو جاتے ہیں اور ہم اللہ کے مدد کے مستحق ہونے کی بجائے اللہ کے قہر کے مستحق ہو جاتے ہیں۔

مگر المیہ یہ ہے کہ امت مسلمہ کے اکثر لوگوں کی انفرادی اور فکری ساری صلاحیت اس بدلہ اور انفعال ایکشن میں صرف ہو رہی ہے اور ہمارا دشمن شیطان ہمیں اپنی نافعیت‘ خیرخواہی اور دعوت کی خو سے باز رکھے ہوئے ہے۔ نبی رحمۃ اللعالمین ﷺ کا ارشاد ہے ’’تم اس سے رشتہ جوڑو جو تم سے کاٹے‘ اور معاف کر دو جو تم پر ظلم کرے‘ جو تم کو نہ دے اس کو دو‘ اور جو تمہارے ساتھ برا سلوک کرے اس کے ساتھ اچھا برتاؤ کرو۔‘‘ یعنی انفعال اور بدلہ کی خو اختیار نہ کرنا اور احسان اور درگزر کرتے ہوئے اپنی دعوتی خو پر باقی رہنا ہماری فطری شناخت ہے۔ **کاش ہم سمجھتے!!!**

نظر بد سے بچاؤ کے طریقے

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جس نے کوئی چیز دیکھی اور وہ اسے بھلی اور اچھی لگے تو کہے: مَاشَاءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ

نظر سے بچاؤ کیلئے شریعت نے بہت سے طریقے بیان کیے ہیں جو کہ درج ذیل ہیں:۔

اللہ کی پناہ مانگنا

حاسد کے شر سے اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگنا اور معوذتین (سورۂ فلق اور ناس) کی تلاوت کرنا۔ ارشاد ربانی ہے ’’حسد کرنے والے کی برائی سے جب وہ حسد کرے میں‘ پناہ مانگتا ہوں۔‘‘ (الفلق) سیدنا ابوسعید خدری رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ جنوں اور انسانی نظر سے پناہ مانگا کرتے تھے یہاں تک کہ معوذتین یعنی دو سورتیں (فلق اور ناس) نازل ہوئیں۔ جب یہ نازل ہوئیں تو آپ ﷺ نے انہیں اختیار کر لیا اور ان کے علاوہ تعوذ چھوڑ دیا۔

برکت کی دعا کرنا

جب آدمی پسندیدہ چیز دیکھ لے تو برکت کیلئے دعا کرے۔

امام نووی رحمۃ اللہ علیہ اس آیت:۔ **ترجمہ** ’’کیوں نہیں تو نے کہا جب تو اپنے باغ میں داخل ہوا کہ جو اللہ تعالیٰ چاہے‘ نہیں قوت مگر اللہ کے ساتھ۔‘‘ کی تشریح کرتے ہوئے کہتے ہیں: مطلب ہے کہ جب اس باغ میں داخل ہوا تھا اور تجھے یہ بہت پیارا لگا تھا اور تو نے اسے تعجب کی نظر سے دیکھا تو تجھے اللہ تعالیٰ کے اس انعام پر اس کی حمد کرنی چاہیے تھی کہ اس نے تجھے مال اور اولاد عطاء کر رکھا ہے جو کہ تیرے علاوہ دوسرے کو نہیں دے رکھا۔ اور تجھے (مَاشَاءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ) کہنا چاہیے۔

لہٰذا نظر ڈالنے والے کیلئے مستحب ہے کہ وہ نظر زدہ کیلئے برکت کی دعا کرتے ہوئے کہے:۔ اَللّٰھُمَّ بَارِکْ فِیْہِ ’’اے اللہ اس برکت کر اس میں‘‘ اور کہے: مَاشَاءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ ’’جو اللہ کی مرضی‘ نہیں قوت سوا اللہ تعالیٰ کے‘‘ سیدنا انس رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا جس نے کوئی چیز دیکھی اور وہ اسے بھلی اور اچھی لگے تو کہے: مَاشَاءَ اللّٰہُ لَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ **(صفحہ نمبر 473)**

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ’’کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں‘‘ نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع‘ آپ کا صدقہ جاریہ)

میرے آزمودہ تجربات

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی‘ جسمانی نسخہ‘ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہو سکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

دوا یا انجکشن کاری ایکشن

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ایک بہت ہی کارآمد عمل لے کر حاضر خدمت ہوں۔ قارئین بھی استفادہ کریں۔ عمل کی پہلے زکوٰۃ دیں لیں۔

زکوٰۃ کا طریقہ یہ ہے کہ اول و آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور ایک سو ایک دفعہ **بسم اللہ الواسع جل جلالہ** پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرلیں اور تین بار ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ یہ عمل کوئی بھی کرسکتا ہے۔ خواہ خود معالج ہو یا خود مریض ہو یا کوئی دوسرا جو علاج کرنا چاہے۔

کوئی تیز یا زہریلی دوا یا انجکشن استعمال کرنے سے بعض اوقات خون زہریلا ہو جاتا ہے جس سے مریض کے جسم پر دوڑے پڑ جاتے ہیں۔ کبھی کبھی بہت ہی اچھل آتے ہیں اثر گہرا ہو تو مریض دماغ کے اندر چبھن اور بدن میں تشنج محسوس کرتا ہے۔ دوا کے اس مضر اثر سے بے ہوشی بھی طاری ہو جاتی ہے۔ فوڈ پوائزننگ یا کسی زہریلے کیڑے مثلاً سانپ‘ بچھو‘ بھڑ‘ شہد کی مکھی وغیرہ کے کاٹنے سے بھی اگر خون زہریلا ہو تو ایک مرتبہ

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. یَارَحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَامُرِیْدُ. یَارَحِیْمُ یَااَللّٰہُ یَامُرِیْدُ. یَابَدِیْعَ الْعَجَائِبِ بِالْخَیْرِ یَابَدِیْعُ

پڑھ کر پانی پر دم کرکے مریض کو پلائیں اور چکنی مٹی کے ڈھیلے پر دم کرکے بار بار سنگھائیں۔

نوٹ: چکنی مٹی نہ ملے تو گاچی کا ڈھیلا لے لیں۔ کوشش کریں کہ پانی گر کر بے ادبی نہ ہو مریض خود نہ پی سکتا ہو تو چمچ سے پانی پلا دیا جائے۔ یہ عمل (Anesthatic Medicin) کے اثرات کو فوراً زائل کرتا ہے۔ حسب استطاعت صدقہ ضرور کریں کم از کم 11 روپے صدقہ ہو۔

درود شریف کی برکت

(یعقوب قریشی‘ کنڈیارو سندھ)

ایک مرتبہ مورو شہر موٹر سائیکل پر گیا اور میرے ساتھ ایک اور بندہ بھی تھا۔ میں واپس کنڈیارو آرہا تھا راستہ میں پٹرول ختم ہوگیا۔ مغرب کا وقت تھا اور میرے پاس بڑی رقم بھی تھی۔ رات بھی ہوگئی۔ میرے ساتھ جو بندہ تھا وہ کہنے لگا ٹرک پکڑ لوں میں نے کہا درود شریف پڑھ رہا ہوں اور آپ بھی پڑھو جیسے ہی میں نے درود شریف پڑھنا شروع کیا موٹر سائیکل چل پڑی ایک کلومیٹر کے بعد شیطان نے دل میں یہ بات ڈالی کبھی پٹرول کے بغیر بھی گاڑی چلی ہے اس میں پٹرول ہوگا جب چلی ہے اسی وقت گاڑی فوراً بند ہوگئی۔ میں نے گاڑی کو سڑک پر لیٹا دیا اور پھر درود شریف پڑھنا شروع کردیا اور گاڑی چل پڑی۔ آگے ایک پٹرول پمپ آیا۔ پمپ والے نے کہا پٹرول ختم ہوگیا ہے اب میں بہت پریشان ہوا اور درود شریف پڑھنا شروع کردیا۔ آگے دوسرا پٹرول پمپ آیا اور میں نے گاڑی بند کی۔ 5 کلومیٹر بغیر پٹرول کے چلی۔ یہ ہے درود ابراہیمی کی برکت۔

ملیریا کا سستا ترین علاج

(عمر زمان‘ خیبر پختونخواہ)

کتاب ’’گھر کا دواخانہ‘‘ حکیم عبدالقدوس (انڈیا) کا تحریری ایک نسخہ جو میں نے بھی کئی لوگوں پر آزمایا ہے اور سو فیصد رزلٹ آیا ہے۔ حکیم صاحب تحریر کرتے ہیں۔

’’مجھے ایک مشہور اور تجربہ کار وئید نے کہا کہ ملیریا کا علاج ایک بالکل معمولی سی چیز میں مضمر ہے اور یہ دوائی اتنی سستی ہے کہ غریب سے غریب انسان بھی اس سے بلاتکلف فائدہ اٹھا سکتا ہے۔ وہ دوائی ہے نمک کا استعمال۔ پہلے تو مجھے ان کے اس مشورہ پر تعجب سا ہوا اور ان کی بات پر یقین بھی نہ آیا لیکن ان کے حسب ارشاد نمک کا استعمال کرنے سے ملیریا کے مریضوں کو ننانوے فیصدی کامیابی ہوئی۔

دوائی پر ’’کم خرچ بالانشین‘‘ کی مثال صادق آتی ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے روزانہ استعمال میں لائے جانے والے صاف نمک کو صاف ستھری لوہے کی کڑاہی یا توے پر اچھی طرح بھون لیا جائے۔ حتیٰ کہ وہ بھورے رنگ کا ہو جائے۔ اس کے بعد بچے کے لیے آدھا اور جوان شخص کیلئے سالم چمچہ بھر نمک لے کر اسے ایک گلاس پانی میں ابال لینا چاہیے جب یہ نمک پانی میں اچھی طرح جذب ہو جائے تو مریض کو پینے کے قابل یہ معمولی گرم پانی اس وقت پلا دینا چاہیے کہ اسے بخار نہ چڑھا ہوا ہو۔ اس سے نوے فیصدی مریضوں کو دوبارہ بخار چڑھے گا ہی نہیں اور اگر خدانخواستہ بخار نہ اترے تو نمک کا یہی علاج دوبارہ کریں۔ تیسری خوراک کی ہرگز ضرورت محسوس نہیں ہوگی۔ البتہ مریض کو سردی سے بچانے کی جانب زیادہ توجہ دینی چاہیے۔

فرشتوں میں مقبول ہونے کی دعا

(عمارہ ثانی‘ لاہور)

سیدنا علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا! میرے پاس جبرائیل امین آئے ابھی وہ موجود ہی تھے کہ ابوذر غفاری رضی اللہ عنہٗ آگئے۔ جبرائیل امین نے انہیں دیکھا تو کہنے لگے یہ ابوذر ہیں۔ حضور سرور کونین ﷺ نے فرمایا اے جبرائیل امین! آپ ابوذر کو جانتے ہیں؟ وہ بولے جی ہاں حضور! قسم ہے اس ذات کی جس نے آپ ﷺ کو سچا نبی بنا کر بھیجا یقیناً ابوذر زمین والوں سے زیادہ آسمان والوں میں مشہور و مقبول ہیں اور وہ اس دعا کی وجہ سے جو یہ روزانہ دو بار مانگتے ہیں اس پر فرشتوں کو حیرت ہے۔ آپ ﷺ حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کو بلا کر دعا کے بارے میں پوچھیں۔ سرور کونین ﷺ نے فرمایا اے ابوذر کون سی دعا ہے جو تم روزانہ دو بار مانگتے ہو؟ حضرت ابوذر رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے عرض کیا جی ہاں میرے آقا آپ ﷺ پر میرے ماں باپ فدا ہوں یہ دعا میں نے کسی انسان سے نہیں سنی بلکہ وہ دس جملے اللہ نے مجھے الہام کیے ہیں اور ہر روز میں دو بار انہی کے ذریعے دعا مانگتا ہوں۔ پہلے قبلہ رو ہو کر تھوڑی دیر تسبیح کرتا ہوں۔ پھر **لا الٰہ الا اللہ** تھوڑی دیر پڑھتا ہوں‘ پھر تھوڑی دیر الحمدللہ پڑھتا ہوں پھر تھوڑی دیر تکبیر پڑھتا ہوں۔ پھر یہ دعا پڑھتا ہوں۔ جبرائیل امین نے یہ سن کر کہا اے اللہ کے پیغمبر ﷺ قسم ہے اس ذات کی جس نے آپ ﷺ کو نبی برحق بنا کر بھیجا آپ ﷺ کی امت کا کوئی شخص بھی یہ دعا مانگے گا تو اس کے گناہ بخش دیئے

جائیں گے۔ اگرچہ گناہ سمندر کی جھاگ اور زمین کے ریت سے زیادہ ہوں۔

آپ کے کسی بھی امتی کے سینے میں یہ دعا ہوگی جنت اس کی مشتاق ہوگی اور دو فرشتے اس کیلئے مغفرت مانگتے رہیں گے اور جنت کے دروازے اس پر کھول دیئے جائیں گے۔ فرشتے اعلان کریں گے ''اے اللہ کے دوست! جس دروازے سے چاہو جنت میں داخل ہو جاؤ۔''

وہ دعا یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَسْاَلُکَ اِیْمَاناً دَائِمًا

یا اللہ! میں آپ سے ہمیشہ رہنے والے ایمان کا سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ قَلْبًا خَاشِعًا

اور میں آپ سے عاجزی وانکساری کرنے والے دل کا سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ عِلْماً نَافِعًا

اور آپ سے کارآمد علم کا سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ یَقِیْنًا صَادِقًا

اور آپ سے سچے یقین کا سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ دِیْنًا قَیِّماً

اور آپ سے پختہ اور مضبوط دین کا سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ الْعَافِیَۃِ مِنْ کُلِّ بَلِیَّۃِ

اور میں ہر بلا سے امن میں رہنے کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ تَمَامَ الْعَافِیَۃِ

اور پوری طرح امن میں رہنے کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ دَوَامِ الْعَافِیَۃِ

اور ہمیشہ امن میں رہنے کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ الشُّکْرَ عَلَی الْعَافِیَۃِ

اور میں امن ملنے پر شکر گزار رہنے کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔

وَاَسْاَلُکَ الْغِنٰی عَنِ النَّاس

اور میں لوگوں سے بے پرواہ رہنے کا آپ سے سوال کرتا ہوں۔

میرے آزمودہ تجربات

(ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک سٹی)

خارش کیلئے تیل

سرسوں کا تیل تقریباً 60ML لے کر اس میں امرت دھارا ایک شیشی ملالیں۔ امرت دھارا بازار میں پنسار سٹورز پر باآسانی دستیاب ہے۔ اچھی طرح دونوں کو ملالیں۔ خارش والے اپنے بدن پر (خارش زدہ حصے) پر دن میں دو' تین بار مالش کریں۔ انشاء اللہ جلد فرق محسوس کریں گے۔

جوڑوں کے درد کیلئے

جوڑوں کے درد کیلئے یوں تو بازار میں کئی ادویات مل جائیں گی مگر درج ذیل نسخہ میرا آزمودہ ہے۔ مردوں کی نسبت عورتوں میں زیادہ مجرب ہے۔ خاص طور پر ان عورتوں میں جن کی عمر چالیس سال سے زیادہ ہے۔ **ھوالشافی:** ستاور ایک تولہ' سونٹھ ایک تولہ' اسگندھ ناگوری ایک تولہ' مصبر ایک تولہ' سورنجاں شیریں ایک تولہ' چھلکا ہلیلہ ایک تولہ پھر گھیگوار ڈھائی تولہ کے رس میں کھرل کرکے چنے کے برابر گولیاں بنالیں ایک گولی صبح اور ایک گولی شام کھانے کے بعد پانی کے ساتھ۔ سو فیصد مجرب ہے۔ بے شمار مریضوں پر تجربہ کیا گیا۔ (بغیر گولیاں بنائے سفوف بھی آزمودہ ہے)

پیچش کیلئے مجرب عمل

(حکیم ریاض حسین' مکڑوال)

ہمارے سکول میں عبدالغنی صاحب پی ٹی سی ٹیچر ہیں نے بتایا کہ میں کراچی ایک دوست کے ساتھ ایک حکیم کے پاس گیا۔ انہوں نے پیچش کا یہ نسخہ بتایا جو میں نے خود آزمایا اور بہت ہی کامیاب پایا۔ میں کراچی سے بس کے ذریعے آ رہا تھا۔ راستے میں مونگ پھلی کھائی جس سے میرے پیٹ میں گڑبڑ ہوگئی مجھے چار بار بس رکوانا پڑی۔ بار بار حاجت کی وجہ سے بہت شرم آ رہی تھی۔ میرا ایک کزن ڈاکٹر ہے اور دوسرا پریکٹس کرتا ہے۔ میں شہر میں پہنچنے کے بعد بجائے ان سے دوائی لیتا سیدھا گھر گیا پہلے فراغت کی اور یہ نسخہ استعمال کیا اور گھنٹے بعد دہرایا اور بالکل تندرست ہوگیا۔ پھر حاجت نہیں ہوئی۔

نسخہ یہ ہے: دھنیا خشک ثابت 6/5 ماشہ گھی سے تر کرکے کھائیں۔ پہلی خوراک سے آرام آجائے گا ورنہ گھنٹے بعد دہرائیں۔ تیسری خوراک سے انشاء اللہ مکمل آرام آجائے گا۔ پیچش خونی ہو یا سادہ دونوں کیلئے انتہائی مجرب ہے۔

چند مفید اذکار

(ایک اللہ کی بندی)

حضرت ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں حضور ﷺ نے فرمایا باقیات صالحات کثرت سے پڑھا کرو۔ صحابہؓ نے پوچھا باقیات صالحات کیا چیزیں ہیں؟

آپ ﷺ نے فرمایا: اَللّٰہُ اَکْبَرُ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَسُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُلِلّٰہِ وَلَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ کہنا (حیاۃ الصحابہ حصہ سوم)

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں میں نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ قیامت کے دن لوگوں میں سے کسے آپ کی شفاعت کی سعادت سب سے زیادہ حاصل ہوگی؟ حضور ﷺ نے فرمایا جو کہ مجھے معلوم تھا کہ تمہیں احادیث حاصل کرنے کا بہت زیادہ شوق ہے اس وجہ سے میرا خیال یہی تھا کہ تم سے پہلے یہ بات مجھ سے کوئی نہیں پوچھے گا۔

قیامت کے دن میری شفاعت کی سعادت سب سے زیادہ اسے حاصل ہوگی جو لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ خالص دل سے کہے گا۔

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں حضور ﷺ نے فرمایا جو لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ خلاص سے کہے گا وہ جنت میں داخل ہوگا۔ کسی نے پوچھا اس کا اخلاص کیا ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا اس کا اخلاص یہ ہے کہ یہ کلمہ انسان کو اللہ کے حرام کردہ کاموں سے روک دے۔ (حیاۃ الصحابہؓ حصہ سوم)

حضرت علیؓ فرماتے ہیں حضور ﷺ نے مجھے ظالم بادشاہ کے پاس اور ہر طرح کے خوف کے وقت پڑھنے کیلئے یہ کلمات سکھائے۔

لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْحَلِیْمُ الْکَرِیْمُ سُبْحَانَ اللّٰہِ رَبِّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَرَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ وَالْحَمْدُلِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ عِبَادِکَ۔ ''اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں جو حلیم اور کریم ہے وہ اللہ ایک ہے جو ساتوں آسمانوں کا اور عظیم عرش کا رب ہے۔ تمام تعریفیں اس اللہ کے لیے ہیں جو تمام جہانوں کا رب ہے۔ میں تیرے بندوں کے شر سے تیری پناہ چاہتا ہوں۔''

حضرت ابوالدرداء رضی اللہ عنہ نے فرمایا جو بندہ بھی سات مرتبہ یہ دعا پڑھے گا اللہ تعالیٰ اس کے غم اور پریشانی کو ضرور دور کردیں گے۔ وہ دعا یہ ہے:۔ **حَسْبِیَ اللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ** ''اللہ مجھے کافی ہے اس کے سوا کوئی معبود نہیں اسی پر میں نے بھروسہ کیا اور وہ عظیم عرش کا رب ہے۔'' (حیاۃ الصحابہؓ حصہ سوم)

حضرت عبداللہ بن ہشام رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں کہ صحابہ کرامؓ سال یا مہینہ کے شروع میں یہ دعا پڑھا کرتے تھے۔

اَللّٰھُمَّ اَدْخِلْہُ عَلَیْنَا بِالْاَمْنِ وَالْاِیْمَانِ وَالسَّلَامَۃِ وَالْاِسْلَامِ وَرِضْوَانٍ مِّنَ الرَّحْمٰنِ وَجَوَارٍ مِّنَ الشَّیْطٰنِ ۔ اے اللہ! اس سال اور مہینے کو امن ایمان سلامتی' اسلام' رحمان کی رضا اور شیطان سے پناہ کے ساتھ ہم پر

چہرے کے بھورے تلوں کیلئے

اگر چہرے پر بھورے رنگ کے تل ہوں تو بادام روغن میں لیموں کا رس ملا کر چہرے پر لگائیں۔ کچھ عرصہ مستقل لگائیں انشاء اللہ تل ختم ہو جائینگے۔ **(فرزانہ' شیخوپورہ)**

(عنبرین بانو ایبٹ آباد)

آواز کے نکھار کیلئے مفید جڑی بوٹی

ایک کیمیاوی محقق نے دریافت کیا ہے کہ ملٹھی میں ایک ایسا جوہر ہے جو کھانڈ سے پچاس گنا زیادہ میٹھا ہے۔ اس سے مختلف قسم کی صحت بخش مٹھائیاں تیار کی جاسکتی ہیں۔ آج کل تمام دنیا کی نسبت امریکہ میں ملٹھی کی سب سے زیادہ مانگ ہے

اس کو سنسکرت میں مدویشٹی' ور دسرو یا کلنک کہتے ہیں ہندی میں ملٹھی اور بنگالی میں جسٹی مد کہلاتی ہے۔ انگریزی طب کی کتابوں میں اسے GLYCYROHIZOGLOB کہتے ہیں۔

ملٹھی دنیا کے تقریباً تمام ممالک میں ہزاروں سال سے بطور دوا استعمال ہو رہی ہے۔ چنانچہ ملٹھی ویدک گرنتھوں میں اس کے متعلق ذکر آیا ہے کہ اس کے استعمال سے قوت باہ اور بینائی میں اضافہ ہوتا ہے۔ جلد کی رنگت نکھرتی ہے۔ بالوں کی سیاہی دیر تک قائم رہتی ہے۔ آواز سریلی ہو جاتی ہے اور صفرا بلغم اور خون کی اکثر بیماریاں دور کرتی ہے۔ اس کے علاوہ پیاس' متلی' قے کو روکتی ہے اور زہروں کے اثر کو زائل کرتی ہے۔ خارجی طور پر استعمال کرنے سے زخموں کو مندمل کرتی ہے۔ سوزش کو رفع کرتی ہے نیز اس کے زیادہ استعمال سے عمر میں اضافہ ہوتا ہے۔ کھانسی اور دمہ وغیرہ کی بیخ کنی ہوتی ہے۔ ملٹھی کی جڑیں ہی بطور دوا استعمال ہوتی ہیں۔ چین میں اس کے متعلق کم وبیش یہی رائے ہے وہ لوگ اس کو ازسر نو جوان کردینے والی اکسیر سمجھتے ہیں۔ بکثرت اس کا استعمال کرتے ہیں۔ اس کو قبض کشا نسخوں میں شامل کیا جاتا ہے اور کھانسی حلق کی بیماریوں کیلئے جو ٹکیہ تیار شدہ بازاروں میں ملتی ہے۔ ان میں زیادہ تر جزو ملٹھی کا ہی ہوتا ہے۔ حال ہی میں یہ تحقیق ہوئی ہے کہ پیٹ میں تیزابی مادہ کی کثرت سے جو درد پیدا ہو جاتا ہے۔ اس کے علاج کیلئے ملٹھی بہترین چیز ہے۔

تعجب ہے کہ ایسی مفید بوٹی کی کاشت کے متعلق آج تک برصغیر میں کوئی قدم نہیں اٹھایا گیا۔ حالانکہ دریاؤں کے ریتلے اور مرطوب ساحلوں پر یہ پودا بخوبی پیدا ہوسکتا ہے اور ہر سال لاکھوں من ملٹھی کی کھپت ہوسکتی ہے۔

اس کی کاشت کرنے کا بہترین موسم برسات ہے۔ اس کی جڑیں برسات کے بعد اکٹھی کرنی چاہئیں۔ ملٹھی کی جڑ سے ایک ست تیار کیا جاتا ہے جسے (رب السوس) یا اصل السوس کہتے ہیں۔ عرب اور مصر کے ملکوں میں ملٹھی کے جوشاندہ سے ایک پانی تیار کیا جاتا ہے جسے ماالسوس کہتے ہیں۔ یہ جلسوں اور تقریبوں کے موقع پر مہمانوں کو پیش کیا جاتا ہے اور ان لوگوں کا اعتقاد ہے کہ اس شربت کو پینے سے صحت اچھی ہوتی ہے۔ اگر سر پر بال نہ اگتے ہوں تو ملٹھی کا لیپ لگانے سے بال اگ آتے ہیں۔ ملٹھی کے پانی سے ہر روز آنکھیں دھونے سے انسان مختلف امراض چشم سے محفوظ رہتا ہے۔ اس کا جوشاندہ ٹھنڈا کر کے آنکھوں میں ٹپکانے سے درد چشم کو تسکین ہوتی ہے۔

ملٹھی سے تیار کردہ ٹافیاں بچے بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ دریائے دجلہ کے کنارے رہنے والے حکماء نے ملٹھی سے کچھ ٹکیاں تیار کی ہیں وہ جنگ کے سپاہیوں کے زخم بہت جلد اچھے کردیتے ہیں۔

ایک کیمیاوی محقق نے دریافت کیا ہے کہ ملٹھی میں ایک ایسا جوہر ہے جو کھانڈ سے پچاس گنا زیادہ میٹھا ہے۔ اس سے مختلف قسم کی صحت بخش مٹھائیاں تیار کی جاسکتی ہیں۔ آج کل تمام دنیا کی نسبت امریکہ میں ملٹھی کی سب سے زیادہ مانگ ہے۔ وہاں ملٹھی سے کئی قسم کی مٹھائیاں تیار کی جاتی ہیں جنہیں کھانسی وغیرہ کے امراض میں بچوں کو کھلایا جاتا ہے۔

گردے کی پتھری

ایک چمچہ شکر لیں۔ اس کے اوپر 7 قطرے کھوپرے کے تیل کے ڈال دیں۔ سوتے وقت کھالیں اوپر سے ایک گلاس گرم دودھ پی لیں۔ پتھری صبح نکل جائے گی نہیں تو پھر دوسرے دن کریں۔

سر کی خشکی کیلئے

سرسوں کے تیل لگانے سے پہلے اس میں آدھا لیموں ڈال دیں اور سر میں لگائیں 24 گھنٹے بعد سر دھولیں انشاء اللہ خشکی ختم ہوجائے گی۔

بلڈ پریشر

ہلدی' سونف اور گلوکوز ہم وزن پیس لیں۔ ایک چمچہ صبح نہار منہ اور ایک رات سوتے وقت لیں۔ انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔

(محمد صادق' سکھر)

انوکھے بیج لاجواب فائدے

پلاس کے پھلوں (بیجوں) کو لیموں کے پانی میں گھس اور گرم کر کے لیپ کرنے سے داد اور کھجلی دور ہو جاتی ہے۔

۱۔ **جوانی کیلئے:** سفید پلاس کے پھول، جڑ، پتی، چھال، بیج لے کر سایہ میں خشک کرلیں اور پیس کر میدہ بنالیں۔ اس سفوف کو چھدام بھر لے کر پانچ دمڑی شہد میں ملا کر سویرے نہار منہ سات دن استعمال کریں تو بوڑھے بھی جوان بن جائیں۔

۲۔ **کھجلی کیلئے:** پلاس کے پھلوں (بیجوں) کو لیموں کے پانی میں گھس اور گرم کر کے لیپ کرنے سے داد اور کھجلی دور ہو جاتی ہے۔

۳۔ **بچوں کی حفاظت کیلئے:** پلاس کے پھلوں کا سفوف شہد کیساتھ دینے سے یا دودھ میں مکس کر کے پلانے سے بچوں کے کرم دور ہو جاتے ہیں۔

۴۔ **پھنسیوں سے راحت:** پلاس کے بیجوں کو نیم کے رس میں ڈال کر لگانے سے بچوں کی پھنسیاں دور ہوتی ہیں۔

۵۔ **دستوں کیلئے:** پلاس کی تھوڑی سی گوند شکر کے ساتھ کھانے سے دست بند ہوتے ہیں۔

۶۔ **کان کیلئے:** پلاس کے پھولوں کا رس کان میں ڈالنے سے کان میں گھسا ہوا کیڑا نکل جاتا ہے۔

۷۔ **سانپ کے زہر کیلئے:** پلاس کی جڑ پانی میں ڈال کر پلانے اور ڈنگ کے مقام پر لگانے سے سانپ کا زہر دور ہو جاتا ہے۔

۷۔ **سانپ کے زہر کیلئے:** پلاس کی جڑ پانی میں ڈال کر پلانے اور ڈنگ کے مقام پر لگانے سے سانپ کا زہر دور ہو جاتا ہے۔

۸۔ **بچھو سے آرام کیلئے:** پلاس کے بیجوں کو آک کے دودھ میں بھگو بھگو کر سایہ میں 21 بار سکھائیں۔ بعد میں پیس کر گولیاں بنائیں۔ اس گولی کو پانی میں ڈال کر بچھو کے کاٹے ہوئے مقام پر لگانے سے فوراً زہر اتر جاتا ہے۔

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں' لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

عزیز الرحمان عزیز، پشاور

نافرمان بیٹے کیلئے انگریز کا فیصلہ

جب نا خلف بیٹا انگریز بہادر کے سامنے پیش ہوا تو انگریز نے بڑے دوستانہ انداز میں اس سے بات شروع کی ابھی تک بیٹا یہی سمجھتا رہا کہ شاید میری اور میری ماں کی آواز ان صاحب تک پہنچ گئی ہوگی مگر ایسا تو یہاں نہیں تھا۔ بلکہ انگریز بہادر نے بڑے دوستانہ انداز میں بات چیت شروع کی

پشاور شہر کے تقریباً وسط میں ایک بہت بڑی عمارت ہے جو کہ بالکل قلعہ نما عمارت ہے۔تحریر میں اس عمارت کا نام تحصیل گور کھٹڑی ہے (قبروں کا ایک جگہ اکٹھا ہونا) یہاں فائر بریگیڈ کا ہیڈ آفس، پولیس سٹیشن اور پٹوار خانہ بھی تھا اب یہاں کچھ بھی نہیں سوائے مسجد، مندر یا گردوارے کے پہلے یہاں حوالات بھی تھی۔ چونکہ یہ عمارت سرکاری تحویل میں رہی ہے تو جب بھی کوئی گروہ اقتدار میں آیا تو تحصیل گور کھٹڑی اس گروہ کے قبضے میں رہا اور پھر انگریز بہادر (فرنگی دور اقتدار میں بھی یہی ہوا) نے فائر بریگیڈ، پولیس ہیڈکوارٹر اور پٹوار خانہ اور شہر کی حوالات بھی یہی ہوتی تھی بلکہ پولیس آفیسرز کے بنگلے بھی یہی ہوتے تھے۔اس مذکورہ انگریز بہادر کی رہائش گاہ سڑک کنارے پر تھی اور ساتھ عام لوگوں کے گھر تھے۔ایک رات انگریز صاحب کسی وجہ سے دیر تک جاگتے رہے تھے اور اتفاقاً اسی روز اس بدبخت بیٹے اور بیچاری بوڑھی ماں کا ڈرامہ شروع ہوگیا شاید بیٹا دیر سے آیا اور ماں نے غصے میں کچھ کہا اور پوچھا تھا کہ بدبخت بیٹا آپے سے باہر ہوگیا اور پہلے زبانی لڑائی شروع ہوئی اور پھر مارکٹائی شروع ہوگئی۔ بیچاری عورت اور وہ بھی بوڑھی اور اس پر عجیب بات یہ کہ بوڑھی عورت ماں ہو تو پھر جوان بیٹا (بدبختی میں) نمبرون ہوجاتا ہے۔ بالکل یہی صورتحال تھی اور صرف ماں کی چیخیں اور رونے دھونے کے سوا بلکہ تھپڑ اور گھونسے کی آوازیں بھی آرہی تھیں۔

افسوس! صد افسوس! اس بدبخت بیٹے پر جو اپنی ماں کو اس بیدردی سے پیٹ رہا تھا۔فرنگی نے یہ سب ڈرامہ بڑے غور اور افسوس اور غصے سے سنا اور چوکیدار کو آواز دی کہ یہ کون تھے، معلومات کرکے آؤ چوکیدار جو کہ پولیس والا تھا، نے پوری تفصیل سے بات انگریز کو بتائی کہ یہ ہر روز کا معمول ہے جس دن یہ پی کر آتا ہے اور ماں سے پوچھنے کی غلطی ہوجائے تو نوبت یہاں تک پہنچ جاتی ہے۔انگریزوں کی حکومت تھی اقتدار کا نشہ تو ہوتا ہے اور پھر ظلم روکنا بھی ضروری تھا۔لہٰذا انگریز بہادر کے اقتدار کے نشے اور ظلم روکنے کے ملے جلے احساس نے ایک عجیب طرح کی نامعلوم کشمکش میں مبتلا کردیا اور ایک نئے انداز اور لہجے میں گویا ہوا کہ ابھی اور اسی وقت اس نامعقول شخص کو حاضر کیا جائے لیکن اس ناہنجار بیٹے کے پہنچنے سے پہلے پہلے انگریز بہادر کے غصے کا پارہ نیچے گر چکا تھا۔

جب نا خلف بیٹا انگریز بہادر کے سامنے پیش ہوا تو انگریز نے بڑے دوستانہ انداز میں اس سے بات شروع کی ابھی تک بیٹا یہی سمجھتا رہا کہ شاید میری اور میری ماں کی آواز ان صاحب تک پہنچ گئی ہوگی مگر ایسا تو یہاں نہیں تھا بلکہ انگریز بہادر نے بڑے دوستانہ انداز میں بات چیت شروع کی کہ تم کیا کام کرتے ہو؟ اس نے اپنا کام بتایا اور رہائش کا بھی اور گھر میں کون کون تمہارے ساتھ رہ رہا ہے۔جب لڑکے نے بتایا کہ میں اور میری بوڑھی ماں ہے ہم صرف گھر کے دو ہی افراد ہیں میں غیر شادی شدہ ہوں والد صاحب فوت ہوچکے ہیں میں ہی اپنی ماں کا واحد سہارا ہوں۔انگریز نے اس کی بات کاٹتے ہوئے کہا کہ مارنے کا کام بھی شاید تمہارے ذمہ ہے کیوں؟ سارے علاقہ کے لوگ بشمول میرے تم جیسے ناہنجار بیٹے سے نالاں ہیں۔کیا خیال ہے میں ٹھیک کہہ رہا ہوں یا غلط؟؟ بیٹا تو ایکدم پریشان سا ہوگیا کہ یہ انگریز صاحب کو کیا ہوگیا ہے۔ اس کا رویہ یک لخت بدل گیا ہے۔

اتنے میں اس کی دکھیاری ماں بھی پہنچ گئی اور بیٹے کو بلانے کی وجہ پوچھی تو انگریز آفیسر نے کہا کہ آپ ہی بتادیں۔مگر اس ماں کے پاس کوئی جواب نہیں تھا۔بہرحال انگریز نے بڑے پیار محبت سے ماں کو سچ کہنے پر مجبور کردیا تو کہنے لگی کہ یہ کبھی کبھی ایسا ہوجاتا ہے شاید میری ہی غلطی ہو۔مگر ماں بہت کوششوں کے باوجود اپنے بیٹے کے کرتوتوں پر پردہ نہ ڈال سکی۔ سچ تو سچ ہوتا ہے۔مگر انگریز بہادر نے ایک عجیب وغریب فیصلہ کرلیا تھا کہ اس نالائق بیٹے کو کیا سزا دینی ہے۔ بولا ویل ینگ مین تم آج آرام کرو کل دفتر (عدالت) میں حاضر ہوجانا اس موضوع پر کل ہی کوئی بات ہوگی۔

دوسرے دن وہ لڑکا عدالت میں آگیا تو فرنگی نے بڑے ادب سے اسے بٹھایا چائے پانی پوچھا۔چائے پینے کے بعد آفیسر کے رویہ پھر بدل گیا اور اس نے کہا (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 24 اپریل بروز اتوار کو ہوگا)

شیخ نے فتنوں کا دور اور اس کی علامات بیان کی ہیں۔شیخ نے کچھ لوگوں کے نام لکھے ہیں کہ انہوں نے دین کو گانے بجانے کا نام دیدیا ہے اور دین کو مرضی کے مطابق ڈھال کے اپنی مرضی کا نام دیدیا ہے جس دین میں سجدہ صرف ایک رب کو ہے اس سجدے کو جگہ جگہ کروا دیا ہے۔شیخ لکھتے ہیں کہ شریعت کے ترک کا نام طریقت اور اہل زمانہ کی آفت کا نام مجاہدہ یہاں تک کہ اس علم کو جاننے والے یعنی معرفت الٰہی کو سمجھنے والے اس جہان سے بالکل الگ ہوگئے ہیں۔ایسے لوگوں کو تو الگ کردیا گیا اور جنہوں نے جھوٹ کو، فریب کو اور گانے بجانے کو دین کا نام دیا اور دین کی حقیقتوں کو چھوڑ کر فتنوں کو، شریعت کو چھوڑ کر شرک اور بدعت کو اپنی زندگی کا ساتھی بنالیا تھا لوگ ان کی طرف گئے اور جو عارف تھے وہ اپنی عزت بچا کر ایک طرف ہوگئے۔یہ ہے اصل حقیقت۔

آپ کو ایک واقعہ سناتا ہوں۔پیر علی ہجویری نے سنا کہ ایک درویش آئے ہیں اور لوگ ان سے فیض یاب ہورہے ہیں وہ راوی کے دوسرے کنارے پر رہتے ہیں۔آج سے ہزار سال پہلے راوی بھی راوی تھا اور دریا میں طغیانی زوروں پر تھی۔اس وقت دریا پار کرنے کیلئے پل وغیرہ تو ہوتی نہیں تھیں اور نہ کوئی ایسا جدید نظام تھا کہ آسانی سے دریا پار کیا جاسکے۔شیخ کو تجسس ہوا اور ملاقات کا شوق پیدا ہوا۔شیخ بڑی مشقت سے، بڑی تکالیف سہتے ہوئے وہاں تشریف لے گئے کہ بڑے اللہ والے ہیں، بڑی شہرت سنی ہے جو آئے وہی بتائے تو چلو زیارت کر آئیں۔شیخ بھی تشریف لے گئے جب وہاں پہنچے تو لوگ بیٹھے تھے اور ایک مجمع لگا تھا۔شیخ بھی کونے میں بیٹھ گئے، بیٹھے رہے، لوگ آہستہ آہستہ سرکتے رہے اپنے مسائل بتاتے رہے اور حل لے کر جاتے رہے۔شیخ بھی آہستہ آہستہ آگے ہوتے رہے۔شیخ کیساتھ دو درویش بھی تھے۔پھر شیخ کی باری آگئی۔وہ درویش پوچھنے لگے جی فرمایئے! کیسے آنا ہوا؟ شیخ فرمانے لگے یہ دل کا برتن خالی ہے اس برتن کیلئے آیا ہوں کہ اس دل میں اللہ کی معرفت کا کوئی موتی ڈال دیں۔ درویش فرمانے لگے ٹھیک ہے اور کوئی کام؟ فرمانے لگے نہیں بس اسی کیلئے آیا ہوں۔پوچھا کہاں (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

محمد شریف کیانی

بینائی کو جوان رکھنے والی دس ورزشیں

ڈھیلے ڈھالے انداز میں آرام کرسی پر بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیجئے۔ دائیں ہاتھ کا پیالہ بنا کر دائیں آنکھ پر رکھ دیجئے۔ بایاں ہاتھ بھی اسی انداز میں بائیں آنکھ پر یوں آنا چاہیے کہ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے کے اوپر آجائیں اور ناک کے راستے سانس لینے کی ضروری گنجائش بھی موجود رہے

آنکھ کی خرابی اور ضعف بصارت کی شکایات میں روز بروز اضافہ ہو رہا ہے۔ یہ صورتحال خاصی تشویشناک ہے۔ تاریخ کے کسی دور میں بھی ڈھونڈے سے ایسی مثال نہیں ملتی۔ اس کی بہت سی وجوہ ہیں۔ ایک بڑا سبب مصنوعی روشنی کے استعمال میں روز افزوں اضافہ ہے۔ لوگ اپنے وقت کا بیشتر حصہ سینما' ٹی وی اور کمپیوٹر کی مصنوعی روشنیوں میں گزارتے ہیں۔ معاشرے میں سینما بینی کا رجحان عام ہے۔ پھر آج کل ہمارے گھروں میں جس باقاعدگی سے کمپیوٹر اور ٹی وی دیکھا جاتا ہے اس کے پیش نظر یہ کہنا قطعاً مبالغہ نہیں کہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آنکھ کی بیماریوں اور شکایات میں کمی کے بجائے اضافہ ہوتا چلا جائے گا۔

آنکھ اور جسم کا آپس میں نہایت گہرا تعلق ہے اسے الگ تصور کرنا غلط ہوگا جسم کے کسی حصے میں کوئی نقص پیدا ہو آنکھ فوراً متاثر ہوتی ہے اور ساتھ ہی پردۂ چشم کی رنگت بدل جاتی ہے مختلف تجربات کے بعد یہ حقیقت اب پایۂ ثبوت کو پہنچ چکی ہے کہ ذیابیطس اور گردے کی بیماریاں آنکھوں پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ ذہنی پراگندگی اور ناقص غذا بھی بصارت کی دشمن ہیں۔ ان کی وجہ سے آنکھوں کے متعلقہ اعصاب ٹھیک کام نہیں کرتے۔ آنکھوں کی طرف خون کی گردش سست پڑ جاتی ہے اور چیزیں صاف نظر نہیں آتیں۔ دانش مندی کا تقاضا یہ ہے کہ جونہی آنکھ میں کسی نقص یا نظر کی کمزوری کا احساس ہو تو فوراً ضروری احتیاطی تدابیر اختیار کر لی جائیں تاکہ بعد میں بے جا تکلیف اور پریشانی اٹھانے کی نوبت ہی نہ آئے۔ یہ کام کچھ زیادہ مشکل بھی نہیں۔ تھوڑی سی توجہ احتیاط اور متوازن غذا اور چند عام ورزشوں کی مدد سے آنکھ کے بیشتر نقائص کی اصلاح ممکن ہے۔ کھانے میں ہمیشہ ایسی چیزیں استعمال کیجئے جن میں جسمانی نشوونما کیلئے ضروری اور مفید اجزا بکثرت موجود ہوں۔

غذا کیساتھ ساتھ اعصاب کی غور و پرداخت بھی ضروری ہے۔ ان کی طرف مناسب توجہ دیجئے۔ تھکے ہوئے اعضا اور اعصاب رات کے وقت نیند سے نئی قوت اور توانائی حاصل کرتے ہیں لیکن جن اعضاء سے ہم نسبتاً زیادہ کام لیتے ہیں انہیں دن کے وقت بھی آرام ملنا ضروری ہے۔ یہ وقت آدھ گھنٹے سے لے کر ایک گھنٹے تک ہونا چاہیے۔ ماہرین طب نے اس مقصد کیلئے مختلف ورزشیں تجویز کی ہیں۔ یہ انتہائی سادہ اور آسان ہیں۔ نظر کی خرابی کے مریض ان سے بہت فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

ہتھیلیوں والی ورزش: ڈھیلے ڈھالے انداز میں آرام کرسی پر بیٹھ کر آنکھیں بند کر لیجئے۔ دائیں ہاتھ کا پیالہ بنا کر دائیں آنکھ پر رکھ دیجئے۔ بایاں ہاتھ بھی اسی انداز میں بائیں آنکھ پر یوں آنا چاہیے کہ دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے کے اوپر آجائیں اور ناک کے راستے سانس لینے کی ضروری گنجائش بھی موجود رہے۔ اب دونوں گھٹنے آپس میں پوری طرح ملا کر ان پر کہنیاں ٹکا لیجئے۔ آنکھیں زیادہ زور سے بھینچنے کی ضرورت نہیں۔ ہتھیلیاں بھی نرمی سے آنکھ پر رکھیے تاکہ آنکھوں پر کسی قسم کا دباؤ یا بوجھ محسوس نہ ہو تاہم کوشش کیجئے کہ روشنی کی ہلکی سی کرن بھی نظر نہ آئے۔ جتنی زیادہ تاریکی ہوگی آنکھوں کو اسی قدر ٹھنڈک اور آرام پہنچے گا۔ اس ورزش سے آنکھوں کو جو آرام اور سکون ملتا ہے وہ کسی اور ذریعے سے حاصل ہونا ممکن نہیں۔ ورزش کے دوران میں دماغ کو کھلا چھوڑ دیجئے۔ کسی تشویش انگیز مسئلے پر سوچنے یا غور و فکر کرنے کے بجائے اپنی توجہ آنکھوں کے سامنے چھائی ہوئی تاریکی پر مرکوز کر دیجئے یا صرف خوشگوار باتوں اور دلچسپ واقعات کی یاد تازہ کیجئے۔ یہ ورزش دن میں تین مرتبہ کم از کم دس منٹ اور زیادہ سے زیادہ آدھ گھنٹے تک کرنی چاہیے۔

جھومنے والی ورزش: سیدھے کھڑے ہو کر پاؤں کھول دیجئے۔ دونوں ایڑھیوں میں بارہ انچ کا فاصلہ ہونا چاہیے۔ ہاتھ' پہلوؤں کی جانب رکھیے۔ اب سارا بدن پوری طرح ڈھیلا چھوڑ دیجئے اور اسے گھڑیال کے پنڈولم کی طرح دائیں' بائیں حرکت دیجئے۔ یہ حرکت نہایت آہستگی اور آرام سے ہونی چاہیے۔ دائیں بائیں جھکتے وقت کمر میں خم نہ آنا چاہیے۔ یہ ورزش دن میں تین بار پانچ منٹ تک کیجئے آنکھیں تھکن محسوس کریں تو زیادہ مرتبہ بھی کی جاسکتی ہے کسی کھلی کھڑکی کے سامنے کھڑے ہو کر کی جائے تو اور بھی مناسب ہوگا۔ اس طرح باہر کی چیزیں مخالف سمت میں حرکت کرتی نظر آئیں گی۔ ان پر نظر جما دیجئے۔ آدھ منٹ بعد آنکھیں بند کر لیجئے اور تصور میں ان اشیاء کو متحرک دیکھنے کی کوشش کیجئے۔ ایک منٹ بعد آنکھیں کھول دیجئے۔ باری باری اس عمل کو دہراتے اور جھومتے رہیں۔

آنکھیں جھپکنا: یہ بھی ایک ورزش ہے۔ کام کے دوران میں ہم اکثر آنکھیں جھپکتے ہیں مگر یہ عمل اتنا مختصر اور تیز ہوتا ہے کہ اس کا احساس تک نہیں کر پاتے۔ نظر کی خرابی میں آنکھوں کے اعصاب میں تناؤ پیدا ہو جاتا ہے۔ اس وجہ سے آنکھیں جھپکنا غیر اختیاری فعل نہیں رہتا۔ مریض کو ہر دس سیکنڈ بعد دو تین مرتبہ آنکھیں جھپکنے کی عادت ڈالنی چاہیے۔ آنکھوں پر پڑنے والے دباؤ اور اعصابی تناؤ کو دور کرنے کیلئے یہ ایک اچھا نسخہ ہے۔

دھوپ سینکنا: آنکھوں کی کوئی خرابی یا بیماری ہو' اس کیلئے دھوپ مفید ہے۔ سیدھے کھڑے ہو کر آنکھیں بند کر لیجئے۔ چہرہ سورج کی طرف رکھیے۔ اب اپنا سر آہستہ آہستہ دائیں سے بائیں اس طرح موڑیے کہ دھوپ آنکھ کے تمام حصوں پر یکساں طور پر پڑتی رہے۔ یہ ورزش دن میں جب بھی ممکن ہو دس منٹ تک کیجئے۔ اس سے آنکھوں میں دوران خون ٹھیک رہتا ہے اور ان کے اعصاب تسکین اور آرام پاتے ہیں۔

پانی کے چھینٹے: آنکھ اور اس کے اعصاب کو تقویت پہنچانے کے لیے ٹھنڈا پانی عمدہ شے ہے۔ جب بھی منہ ہاتھ دھونے لگیں آنکھیں بند کر کے چلوؤں میں پانی بھر لیجئے اور چار انچ کے فاصلے سے آنکھوں پر چھینٹے ماریئے۔ یہ عمل کم از کم بیس مرتبہ کرنا چاہیے پھر تولیے سے ایک منٹ تک بند آنکھوں کو تیزی مگر نرمی سے ملیے اس عمل کے نتیجے میں آنکھیں بڑی حد تک تروتازہ اور چمکدار ہو جائیں گی۔ جب بھی آنکھوں میں جلن یا تھکن محسوس ہو اٹھ کر ٹھنڈے پانی کے چھینٹے ماریئے۔ دن میں کم از کم تین بار ایسا ضرور کیجئے۔ ہمیشہ ٹھنڈا پانی کام میں لایئے۔

آنکھیں گھمانا: آرام کرسی پر بیٹھ کر بدن ڈھیلا چھوڑ دیجئے اس طرح کہ سر ساکن رہے اب آنکھوں کو اوپر نیچے اور دائیں بائیں گھمایئے پھر ایک سیکنڈ آرام کیجئے۔ یہ عمل چھ مرتبہ دہرایئے۔

شہادت کی انگلی: آرام سے بیٹھ کر داہنا ہاتھ سامنے پھیلا لیجئے۔ شہادت کی انگلی سیدھی کیجئے۔ آنکھ سے اس کا فاصلہ تقریباً دس انچ ہونا چاہیے۔ اپنی نگاہیں اس انگلی کی نوک پر رکھیں منٹ بھر کے بعد نگاہیں تیزی سے ہٹایئے اور دس پندرہ فٹ کے فاصلے پر رکھی ہوئی کسی دوسری شے پر گاڑ دیجئے۔ آدھ منٹ تک اسے دیکھتے رہیے اور ایک بار پھر شہادت کی انگلی کی طرف پلٹ آیئے دس مرتبہ اسی طرح کریں۔

بظاہر یہ ورزشیں نہایت سادہ اور مختصر ہیں لیکن ان کی افادیت سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔ چند ماہ باقاعدگی سے کیجئے آپ کی بصارت نہ صرف ٹھیک ہو جائے گی بلکہ پہلے کی نسبت کہیں زیادہ تیز اور صاف ہوگی اور آپ بڑی حد تک عینک کے محتاج نہیں رہیں گے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 20

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہورہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

پھر انہوں نے مجھے شاہ تغلق کے دور کے باکمال درویش حضرت خواجہ سماسی رحمۃ اللہ علیہ کا کرتا دیا کہ اس کرتے کی برکت یہ ہے کہ جو اس کو اپنے سرھانے رکھ کر باوضو ہوکر سوجائے تو ضرور بالضرور اس کو ایسی باکمال ہستیوں اور شخصیات کی زیارت ہوگی جو عام انسان کے بس اور گمان تک میں نہیں بلکہ یہاں تک کہ ایسی برکت کہ نسلیں بھی اس سے استفادہ کریں۔ ایک سانپ جو رنگت میں نہایت کالے رنگ کا تھا وہ آتے ہی میرے پاؤں پر گر گیا اور کچھ مخصوص انداز میں باتیں کرنے لگا مجھے اس کی کسی بھی بات کی سمجھ نہ آئی کہ آخر اس کی باتیں کیا ہیں؟ یا اس کا کیا مطالبہ' کیا مقصد ہے؟ ساتھ عبدالرشید کہنے لگا کہ یہ یہاں کے سانپ جنات کا بڑا آفیسر ہے جو آپ کو یہاں خوش آمدید کہہ رہا ہے اور یہ کہہ رہا ہے کہ میری طرف سے انسانوں سے معذرت کرلیں کہ میں ان جنات کی نگرانی پر متعین ہوں جو انسانوں کو طرح طرح کی تکالیف دیتے ہیں ہم شرمندہ ہیں کہ یہ لوگ ہمارے قابو سے باہر ہیں اور ہمارے بس میں نہیں ہم انہیں کیسے کنٹرول کریں۔ بہرحال ہم شرمندہ ہیں جب میں نے اس آفیسر سانپ جن کی یہ بات سنی تو حیرت ہوئی کہ ان جنات کی قوم میں ایسے لوگ بھی ہیں جن کے اندر احساس اور مخلوق خدا کی خدمت اور درد کوٹ کوٹ کر بھرا ہوا ہے۔

ہم آگے چلے تو ہمیں چیلوں کا غول جو دیکھنے میں تو چیل لیکن وہ کسی بڑے جہاز سے کم نہیں تھے۔ ان کے منہ سے شعلے اور ان کی آواز بہت گرج دار نکل رہی تھی ان کا ہجوم نہیں تھا بلکہ لشکر کے لشکر تھے جو مسلسل اڑ رہے تھے اور ایک پریشان کن شور تھا جو ہر طرف پھیلا ہوا تھا۔ چیلوں کا کام سارا دن اس میلوں کے پھیلے وسیع پہاڑی رقبے پر اڑنا اور نگرانی کرنا تھا۔ وہ ہر اس جگہ پر نظر رکھتے تھے جہاں سے نکلنے کا کوئی امکان ہوسکتا تھا۔ دن رات ان کا یہی کام تھا ابھی ہم ان چیلوں کے جناتی حالات سن ہی رہے تھے کہ ہمیں احساس ہوا کہ عبدالرشید کچھ اور کہنا چاہتا ہے اس سے پوچھا تو کہنے لگا کہ میں ایک اور چیز دکھانا چاہتا ہوں جو یہاں کا سب سے خطرناک پہرہ دینے والا گروپ ہے پھر ہمیں غار کے اندر ایک اور غار میں لے کر گیا چلتے چلتے ایک طویل تنگ غار سے نکلے تو ایک اور میدان آگیا اس میدان میں تھوڑی دیر چلنے کے بعد کیا دیکھا کہ چمگادڑ نما ایک مخلوق ہے جس کی گردن ایسی ہے جیسے بطخ کی گردن ہوتی ہے۔ باقی سارا جسم چمگادڑ کی طرح ہے وہ جگہ جگہ ایک ایک کرکے خاموش بیٹھی ہوئی بالکل خاموش ایسے جیسے ان میں جان نہیں۔ میں حیران ہوا ساتھ حاجی صاحب کا بیٹا عبدالسلام نے میری حیرانی کو محسوس کرتے ہوئے پوچھا کہ کیوں حیران ہورہے ہیں میں نے کہا کہ حیرت کی وجہ دراصل یہ ہے ان کا کام کیا ہے اور یہ خاموش کیوں ہیں۔ اتنی لاکھوں کی تعداد میں ان کو آخر کوئی تو ذمہ داری دی گئی ہوگی۔ یہ ساری باتیں حیرت اور استعجابی کیفیت میں بیان کردی ہے۔ میری حیرت کو دیکھ کر عبدالسلام کہنے لگا یہی چیز تو آپ کو دکھانے کیلئے لائے تھے۔ یہ دراصل خون خوار اور پھاڑ کھانے والی مخلوق ہے جنات تو لوگوں کو تنگ کرتے ہیں یہ جنات کو تنگ کرنے میں حرف آخر ہیں۔

ان کا کام یہ ہے کہ جب بھی کوئی جن یہاں لڑتا ہے تو اس کو پہلے یہ ہلکی سزا دیتے ہیں پھر بڑی اور بھیانک سزا دیتے ہیں اور ان کے اندر ایک خطرناک مواد جسے انسان کی زبان یا دنیا کی تھیوری کے مطابق فاسفورس پہلے آنکھوں میں پھر کانوں میں اور پھر ناک اور زبان میں بھر دیا جاتا ہے ان کو کالی زنجیروں میں باندھ دیا جاتا ہے۔ وہ زنجیریں اتنی طاقت ور ہوتی ہیں جنہیں وہ نہ توڑ سکتا ہے اور نہ ہی ان زنجیروں سے جدا اور رہا ہوسکتا ہے بلکہ اگر اسی وقت ان زنجیروں کو کوئی ہاتھ لگائے تو اس کا ہاتھ جل نہیں بلکہ پگھل جاتا ہے جنات کی خوفناک چیخیں اور فریادیں میں نے دور دور سے سنیں اور سوچا کہ آخر یہ کیا آوازیں ہیں تو میری حیرانگی پر عبدالسلام جن بولا کہ یہ جنات کو سزائیں دی جارہی ہیں تاکہ انہیں سبق حاصل ہو اور انہیں احساس ہو کہ کس طرح نافرمانی کی جاتی ہے۔

پھر عبدالرشید جن خود ہی کہنے لگا میں آپ کو ان شرارتی اور باغی جنات کی سزائیں دکھاتا ہوں ہم غار کے ایک اور دھانے کی طرف چل دیئے جیسے جیسے ہم چلتے گئے غار کا دہانہ پھیلتا گیا اور اندر ہی اندر ایک آگ اور گوشت کی طرح کی جلنے کی بو آرہی تھی جب ہم قریب پہنچے تو احساس ہوا کہ یہ ایک جن کو سزا دی جارہی ہے جو لوگوں کے گھروں سے کچا گوشت چرا کر کھاتا تھا اور بے شمار وارداتیں اس کی اسی طرح کی ہیں اور یہ ان وارداتوں میں بے شمار دفعہ رنگے ہاتھوں پکڑا گیا ہے۔ اس سے قبل بھی یہ سزا پا چکا ہے لیکن ہر بار یہ سزا ختم ہونے پر اپنی سابقہ عادات پر باقی رہتا ہے۔

اس بار اس کی سزا بہت سخت اور بہت کڑی ہے تاکہ اس کو نصیحت ہو ہم آگے چلے تو اس سے بھی زیادہ سخت سزا تھی اس کو دیکھتے ہی پہلی دفعہ مجھے پسینہ آگیا اور دل میں گھبراہٹ شروع ہوگئی یاالٰہی اتنی سخت اور اتنی اذیت ناک سزا میں گمان نہیں کرسکتا۔ سزا کیا تھی کہ لوہے کی کنگھی جس کے دندانے تلوار جتنے بڑے یعنی ہر دندانہ تلوار سے بھی بڑا ہوتا تھا بڑے بڑے خطرناک دیو دور ایک پہاڑ پر چڑھ جاتے پھر وہاں سے تیز ہوا کی طرح دوڑتے ہوئے آتے وہ جن سخت طرح سے بندھا ہوا تھا اس کے اندر وہ کنگھی گاڑھ کر واپس جب کھینچتے تو سارا جسم ایسے ادھڑ جاتا جیسے ریشہ ریشہ ہوگیا ہو۔ سخت بدبو' چیخیں ہولناک آوازیں بس ایک انوکھا اور بدترین اذیتوں کا ماحول تھا جسے میں الفاظ کیا بس بیان نہیں کرسکتا اب لکھتے ہوئے میرا قلم کانپ رہا ہے اور جسم میں لرزا طاری ہورہا ہے حالانکہ میرا بچپن اور ساری زندگی جناتی دوستی اور جنات کے ساتھ پھر ان کے شادی بیاہ' خوشی اور موت ولادت سب جگہ آنا جانا ہے۔ میں نے اپنی زندگی میں بے شمار واقعات طوفان اور جناتی لڑائیاں اور کارنامے دیکھے ہیں۔ آگ خون کے سمندر اور پہاڑ دیکھنے میں ڈرا نہیں' کانپا نہیں' سہا نہیں لیکن یہ منظر ایسا تھا جس نے انگ انگ اور روئے روئے کے اندر ایک طوفانی ہلچل مچادی۔ **(جاری ہے)**

وظیفے کی برکت

حکیم صاحب السلام علیکم! کچھ عرصہ پہلے میں اور میری بیوی آپ کی خدمت میں حاضر ہوئے تھے۔ اُس وقت ہمارا گھر میں پریشانیوں نے ڈیرا ڈالا ہوا تھا۔ ہمارا کاروبار بالکل ختم ہوچکا تھا۔ آپ نے مجھے اور میری بیوی کو سورۃ قریش کا دو مرتبہ سوا لاکھ والا وظیفہ دیا تھا۔ وہ ختم کرنے کے بعد آپ نے ہم دونوں کو کٓھٰیٰعٓصٓ. حٰمٓ عٓسٓقٓ. فَسَيَكْفِيكَهُمُ اللّٰهُ وَهُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ والا وظیفہ دیا تھا جو الحمدللہ ہم دونوں نے دو مرتبہ سوا لاکھ پڑھ کر مکمل کرلیا ہے۔ اس دوران کاروباری لحاظ میں بہت بہتری نظر آرہی ہے۔ ہمارے گھر میں جو دیگر پریشانیاں تھیں وہ بھی ایک ایک کرکے ختم ہورہی ہیں۔ **(یعقوب ملک' راولپنڈی)**

جس جانور کی غذا چونٹی ہے

کامران، قصور

چیونٹی خور، ممالیہ خاندان کا رکن ہے، اس کے دانت بالکل نہیں ہوتے۔ دیمک اور چونٹیاں پسندیدہ اور مرغوب ترین خوراک ہے۔ اگلے پنجوں میں مضبوط اور خم دار ناخن ہوتے ہیں جن کی مدد سے کیڑے مکوڑوں کے بل کھود کر اپنی خوراک حاصل کرتا ہے

ہماری دنیا بڑی وسیع ہے، اس میں بے شمار دلچسپ اور عجیب وغریب جانور پائے جاتے ہیں، بعض اپنی خوش الحانی اور رنگ روپ کی وجہ سے انسان کے نزدیک مقبول ہیں، تو بعض کی شکل اتنی انوکھی اور بے ڈھنگی واقع ہوئی ہے کہ بجا طور پر دنیا کے عجیب ترین جانوروں میں شمار کیا جا سکتا ہے۔ چھوٹا سر، لمبی مخروطی تھوتھنی، بالوں سے بھری ہوئی دم اور چھوٹی چھوٹی آنکھیں، غرض ہر عضو کی عجیب وغریب ساخت اسے دوسرے تمام چوپایوں سے ممتاز کرتی ہے۔

چیونٹی خور، ممالیہ خاندان کا رکن ہے، اس کے دانت بالکل نہیں ہوتے۔ دیمک اور چونٹیاں پسندیدہ اور مرغوب ترین خوراک ہے۔ اگلے پنجوں میں مضبوط اور خم دار ناخن ہوتے ہیں جن کی مدد سے کیڑے مکوڑوں کے بل کھود کر اپنی خوراک حاصل کرتا ہے۔ بل چاہے کتنے ہی پوشیدہ یا زمین کی گہرائی میں کیوں نہ ہوں، چیونٹی خور کو فوراً ان کا پتہ چل جاتا ہے، اس کی زبان گول اور لمبی ہوتی ہے اور ہر وقت ایک خاص قسم کے لیس دار مادے سے تر رہتی ہے۔ اس مادے کے سبب وہ نہ صرف اپنا شکار آسانی سے حاصل کر لیتا ہے بلکہ اسے ہضم کرنے میں بھی زیادہ مشکل پیش نہیں آتی۔ اپنی لمبی اور گول زبان جو بظاہر ایک کیڑا نظر آتی ہے، چیونٹیوں کے بل میں ڈال کر انتظار کرنے لگتا ہے اور جب لیس دار مادے کے سبب سینکڑوں ہزاروں چیونٹیاں اس کے ساتھ چپک جاتی ہیں تو انہیں چٹ کر جاتا ہے۔

عام طور پر چیونٹی خور کی تین مختلف قسمیں پائی جاتی ہیں۔ عظیم چیونٹی خور، ریشمی چیونٹی خور اور سہ انگشتی چیونٹی خور۔ ان کے علاوہ دنیا کے مختلف علاقوں میں لمبی دم والے، پکھی اور پہاڑی چیونٹی خور بھی مل جاتے ہیں۔ بالعموم چیونٹی خور کا جسم گھنے بالوں سے ڈھکا ہوتا ہے لیکن بعض اقسام میں ان کی کمر اتنی مضبوط اور چکنی ہوتی ہے کہ سو گز کے فاصلے سے تھری ناٹ تھری رائفل سے فائر کیا جائے تو گولی جسم میں پیوست ہونے کے بجائے پھسلتی ہوئی گزر جاتی ہے، یہ قسم زیادہ تر برصغیر پاک وہند اور ہیلون میں ملتی ہے۔ چیونٹی خور کے چلنے کا انداز بھی خوب ہے، اگلے دونوں پنجوں پر بیٹھ کر قریب قریب گھسٹتے ہوئے چلتا ہے اور کبھی چاروں پاؤں کے بل پھدکتا ہوا نظر آتا ہے، پاؤں کی چاپ یا آہٹ سن کر فوراً اپنا سر دم میں چھپاتا اور گیند کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ اگر کوئی زیادہ تنگ کرے یا دشمن اچانک حملہ آور ہو جائے تو لمبی دم کو ہنٹر کی طرح گھمانے لگتا ہے۔

عظیم چیونٹی خور کا قد دو فٹ اور لمبائی آٹھ فٹ بتائی جاتی ہے، وزن ایک من سے سوا من تک ہوتا ہے۔ اس بھدے جسم اور بھاری بھرکم جثے کے سبب اسے چیونٹی خور دنیا کا ریچھ بھی کہتے ہیں۔ یہ اپنی زبان کی مدد سے نو انچ تک دیمک اور چیونٹیاں سمیٹ لیتا ہے۔ قدرت نے اس کے اگلے پنجے بڑے مضبوط بنائے ہیں ان میں تلوار کی سی کاٹ پائی جاتی ہے وہ ان کی مدد سے دیمک اور چیونٹیوں کے مضبوط سے مضبوط گھروندے پل بھر میں مسمار کر دیتا ہے۔ مادہ سال میں ایک بچہ دیتی ہے جس کے بڑھنے اور نشوونما پانے کی رفتار بہت سست ہوتی ہے۔

ریشمی چیونٹی خور کو انگشتی چیونٹی خور بھی کہتے ہیں۔ عظیم چیونٹی خور کے برعکس یہ بڑا خوبصورت جانور ہے، اس کی پشم نہایت چمکیلی، ملائم اور ہلکی زردی مائل ہوتی ہے۔ یہ نسل جہاں کی آب وہوا ناقابل برداشت حد تک گرم ہو عام ملتی ہے۔ جسامت میں ایک بڑے چوہے سے زیادہ نہیں ہوتا۔ زیادہ سے زیادہ لمبائی پندرہ انچ بتائی جاتی ہے۔ رات کے وقت قوت لامسہ کی مدد سے شکار تلاش کرتا ہے، نہایت سست اور کاہل جانور ہے۔ درخت کی شاخ کے گرد دم لپیٹ کر خاموش، جسم سکیڑے اونگھتا رہتا ہے۔ سوتے میں بھی اسکے اگلے دونوں پنجے باہر کی طرف پھیلے رہتے ہیں۔ دور سے دیکھیں تو معلوم ہوتا ہے درخت کا کوئی پھول ہے۔

انسان، سانپ اور بلی اس کے جانی دشمن ہیں، ان کے ڈر کی وجہ سے بہت کم درختوں سے اترتا ہے، کہتے ہیں درختوں پر واقع بھڑوں اور شہد کی مکھی کے چھتوں سے اپنا پیٹ بھر لیتا ہے۔ اسے سدھانا بڑا مشکل ہے، قید کی حالت میں بھوک ہڑتال کا مظاہرہ کرتا اور کھانا پینا چھوڑ دیتا ہے، لاکھ جتن کرنے پر بھی دوستی پر آمادہ نہیں ہوتا اور بالآخر گھل گھل کر اپنی جان دے دیتا ہے۔

سہ انگشتی چیونٹی خور کو تامان دا بھی کہتے ہیں۔ جسامت میں عظیم چیونٹی خور سے نصف ہوتا ہے۔ سمور کی رنگت زردی مائل ہوتی ہے۔ زندگی کا بیشتر حصہ درختوں پر بسر کرتا ہے لیکن دیمک اور چیونٹیوں کی تلاش میں کبھی کبھار زمین پر بھی نظر آ جاتا ہے۔ لاروے اور پیوپے کھانے کا بھی شائق ہے۔ ایک خوراک میں یہ چیونٹی خور آدھ سیر دیمک چٹ کر جاتا ہے۔

دوسروں کے کام آئیے

مدیحہ جبیں، سیالکوٹ

جب آپ اپنے جیسے انسانوں کے کام آتے ہیں تو اس سے آپ کو اپنے وجود کے مفید ہونے کا احساس ہوتا ہے

دوسروں کے کام آنا، ان کی مدد کرنا یا ان کے کسی مسئلے کو حل کرنے میں تعاون کرنا اخلاقی تقاضا ہے۔ لہٰذا دوسروں کے کام آنے کو ایک اخلاقی اصول قرار دیا جاتا ہے۔ اس کی تلقین کی جاتی ہے اور دوسروں کے کام آنے والوں کی عزت کی جاتی ہے۔ دوسروں کے کام آنے کی تلقین دنیا کے ہر اخلاقی ضابطے میں موجود ہے۔ اس لحاظ سے آپ اس کو ایک عالمگیر اخلاقی اصول قرار دے سکتے ہیں۔ خیر، اس کا ایک اور رخ بھی ہے۔ جب آپ دوسروں کے کام آتے ہیں تو آپ دوسروں کی مدد کرنے کے اخلاقی اصول پر ہی عمل نہیں کرتے اور صرف دوسرے لوگوں کی بھلائی کا سبب نہیں بنتے، بلکہ آپ اپنی بھلائی کا باعث بھی بنتے ہیں۔ کیوں؟ اس لیے جب آپ اپنے جیسے انسانوں کے کام آتے ہیں تو اس سے آپ کو اپنے وجود کے مفید ہونے کا احساس ہوتا ہے۔ آپ محسوس کرتے ہیں آپ اہم وجود ہیں۔ یہ احساس بہت بڑی نفسیاتی قوت ہے...... یعنی ایسی نفسیاتی قوت جو آپ کے طرز فکر اور طرز عمل دونوں کو بدل دیتا ہے۔

دکھ کے تجربے میں گزرتے ہوئے جب آپ دوسروں کا خیال کرتے ہیں، ان کے مصائب کو سمجھتے ہیں اور ان کی مدد کرنے کیلئے ہاتھ آگے بڑھاتے ہیں تو آپ کو اپنی ذات کے محدود خول سے باہر نکلنے کا موقع ملتا ہے۔ آپ کو معلوم ہوتا ہے کہ زندگی صرف اپنے لیے نہیں ہوتی۔ دوسروں کا بھی آپ پر حق ہے۔ یہ احساس آپ کی ذات، شخصیت اور شعور کو وسعت عطا کرتا ہے۔ آپ انا کی قید سے آزادی پا لیتے ہیں خود غرضی کی حد پار کر لیتے ہیں اس طرح اپنے دکھ کو وسیع تر تناظر میں دیکھنے کی اہلیت حاصل ہوتی ہے اور اس کے ساتھ ہی ذاتی دکھ کی شدت ختم ہو جاتی ہے۔

دوسروں کی طرح اپنا خیال رکھنا بھی معمول کی طرف واپس آنے میں مدد دیتا ہے دکھ میں بکھرنے کے بجائے خود کو سمیٹئے۔ ہلکی پھلکی ورزش کیجئے۔ مناسب لباس زیب تن کیجئے۔ مناسب کھانا تناول فرمائیے اپنے کمرے اور گھر کو صاف ستھرا رکھئے۔

اس ماہ کا دکھی خط

کیا میرا گھر جادو نے برباد کیا؟؟؟

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

میرا مسئلہ یہ ہے کہ بچپن میں میرا رشتہ میرے پھوپھا اپنے بیٹے کیلئے مانگ رہے تھے لیکن جب شعور ہوا تو میں نے بڑوں سے سنا کہ رشتہ کرتے وقت استخارہ کرنا چاہیے جب استخارہ کیا تو اس میں صاف بتا دیا گیا کہ یہ رشتہ تمہارے حق میں نامناسب ہے۔ میرے تایا کو بتایا کہ ہمارے استخارے کے مطابق یہ رشتہ ایک دوسرے کیلئے صحیح نہیں ہے۔ میرے پھوپھا تو خفا نہیں ہوئے بلکہ میری پھوپھی اس کے بچے بہت خفا ہوئی تھیں اور دل میں غصہ رکھتی ہیں۔

اسی دوران میری خالہ نے کہا کہ یہ رشتہ مجھے دیدو۔ میرا بیٹا بھی راضی ہے اور خود کہہ رہا ہے کہ میرا یہاں نکاح کر دو اس طرح اس کے کہنے پر صرف نکاح ہوگیا اور اس نے کہا کہ رخصتی بعد میں ہوگی۔ ہم لوگ لیہ میں رہتے ہیں اور وہ لوگ کراچی میں رہتے ہیں۔ اس لیے ہمیں لڑکے کے بارے میں صحیح معلومات نہ تھیں کہ اس کا کردار کیسا ہے۔ بے نمازی تو تھا ہی لیکن بعد میں پتہ چلا کہ اس کا کردار بھی ٹھیک نہیں ہے اور وہ آوارہ لڑکوں کے ساتھ اٹھتا بیٹھتا ہے۔

وہ دونوں گردوں میں پتھری کا مریض بھی تھا۔ یہ نکاح 2004ء میں ہوا تھا۔ 2005ء میں ان کے گھر والوں نے کہا کہ ہم رخصتی کرواتے ہیں اور لڑکا برسر روزگار بھی ہے ہم نے کہا ٹھیک ہے لیکن اسی اثناء میں میرے والد صاحب انتقال کر گئے جس کی وجہ سے پھر بات ٹھہر گئی۔ میری والدہ صاحبہ اور میری نانی نے میرے سسرال والوں کو کہا کہ اب بہت عرصہ ہوگیا ہے اب رخصتی کر لو یا چھوڑ دو کیونکہ 2006ء آگیا تھا لیکن میرے سسر نے کہا کہ نہیں ہم رخصتی جلدی کر لیں گے لیکن پھر بھی 2007ء آگیا لیکن رخصتی نہ ہوئی۔

یاد رہے کہ نکاح کے وقت وہ ساڑھے چھ تولے سونے کا زیور ہمارے گھر چھوڑ گئے تھے کہ رخصتی کے وقت لڑکی خود لے آئے گی۔ ہم بہت زیادہ پریشان رہتے کہ ہم نہ ادھر کے ہیں نہ ادھر کے۔ کیونکہ وہ میرے ابو کی سگی بہن تھی۔ اس کو چھوڑ بھی نہیں سکتے تھے۔ اسی دوران مجھے خواب میں میرے والد صاحب اور میری والدہ کے چچا کی بیٹی جو کہ وہ بھی فوت ہو چکی تھی آئے اور مجھ سے سوال کیا کہ تمہاری شادی کیوں نہیں ہو رہی میں نے کہا کہ مجھے معلوم نہیں ہے تو میرے والد نے کہا کہ جادو کیا گیا ہے اور مجھے تصاویر دکھائیں جس میں غالباً میرے پھوپھا کا بیٹا تھا اور پھر آنکھ کھل گئی اور بہت پریشان ہوئی اور پھر اپنی میڈم کو بتایا اس نے کچھ آیات دی وہ میں نے پڑھیں تو رات کو خواب میں دیکھا کہ جادو ٹوٹ گیا ہے لیکن جنات نے تنگ کرنا شروع کر دیا۔ پھر میں ایک صحیح العقیدہ آدمی کے پاس گئی جو عورتوں سے بات نہیں کرتا تھا بلکہ ان کی بیٹی کو بتایا تو اس نے ساری صورتحال اپنے والد کو سنائی اور اس نے مجھے تعویذ دے دیا گلے میں ڈالنے کیلئے جادو کی حفاظت سے اور رخصتی کیلئے بھی اور کسی نے یَا لَطِیْفُ کا وظیفہ دیا کہ دو رکعت نماز حاجت بعد نماز عشاء پڑھ کر گیارہ سو گیارہ دفعہ پڑھنی ہے جو کہ میں نے تقریباً چار مہینے تک پڑھی اسی دوران میرے شوہر کے چھوٹے بھائی کی شادی طے پا گئی تو میری والدہ نے میرے چچا سے کہا کہ انہیں کہہ دو کہ میری بیٹی کی رخصتی کروالیں نہیں تو چھوڑ دے کیونکہ عمر زیادہ ہو رہی ہے اس وقت میری عمر 27 سال ہوگئی تھی تو پھر انہوں نے کہا کہ ہم دو تین دن میں آرہے ہیں۔ اسی طرح وہ مجھے دو تین دن کے بعد لینے آگئے صرف میرے شوہر کا چچا آیا تھا کیونکہ میرے شوہر نے کہا کہ تم میرے باپ کی جگہ ہو لے آؤ تو وہ آگئے تو اس طرح میں اپنے شوہر کے چچا اور بھائی کے ہمراہ سسرال چلی گئی۔ لیکن وہاں جا کر دیکھا تو صورتحال ہی بدلی ہوئی تھی میرا شوہر خود لڑکیوں کے ہمراہ پکنک منانے گیا ہوا تھا شام کو واپس آیا۔

مجھے میرے کمرے میں جو کہ میرے لیے اتنے عرصے بعد بنایا تھا بٹھا دیا اور رات کو اپنی بہن سے کہا کہ اس کو کہہ دو کہ میرا انتظار نہ کرے۔ سو وہ نہیں آیا۔ اسی طرح ایک ہفتہ گزر گیا' ایک دن مجھے بلایا اور کہا کہ کسی سے کسی قسم کی بات نہ کرنا میرے متعلق اور میں بہت شرمندہ ہوں تمہیں وقت نہیں دے سکتا۔ صبح سویرے لڑکیوں کے ساتھ گھومنا پھرنا اور رات کو 2 بجے تک لڑکوں کے ساتھ اپنے علیحدہ ڈرائنگ روم میں ٹی وی لگا کر دروازہ لاک کر کے بیٹھا رہتا اور میں سارا دن بیٹھی روتی رہتی۔ ایک دن میرے سسر نے اس کو ڈانٹا کہ تم پھر اسے کیوں لانے کا کہا تھا تو وہ ان کی ڈانٹ کے بعد رات کو میرے پاس آیا اور کہا کہ تم نے مجھے بدنام کر دیا ہے' رسوا کر دیا حالانکہ میں نے کسی کو کچھ نہ کہا تھا سب کو خود بخود نظر آرہا تھا تو وہ رات کو موبائل کے ساتھ کھیل کر دوسری طرف منہ کر کے سو جاتے اور اذانوں سے پہلے اپنے ڈرائنگ روم میں چلے جاتے بقول ان کے کہ مجھے کسی کے ساتھ نیند نہیں آتی۔ ایک دن اس کی بہن نے بتایا کہ اس کے کپڑوں سے تعویذ نکلے تھے اور اس نے گرا دیئے اور پتہ نہیں کس چیز کیلئے تھے۔ اسی دوران میں یہ خواب میں دیکھتی کہ یہ جادو ہو رہا ہے اور میں دعائیں اور منزل وغیرہ پڑھتی رہی تا کہ میں حفاظت میں رہوں اور اس کو بھی پانی دم وغیرہ کر کے پلاتے رہے۔ میری ساس کو کسی نے بتایا کہ اس کے دل میں بیوی کیلئے نفرت ڈالی گئی ہے جادو سے۔ میرا شوہر اپنی بہنوں کو بتاتا کہ جب میں اسے دیکھتا ہوں تو میرا جسم جلنے لگتا ہے۔

میں نے تین مہینے اپنے سسرال میں رو دھو کر گزارے۔ میرے سسر نے مجھے کہا کہ تمہارے ساتھ تمہارا شوہر بولتا نہیں ہے' اس لیے فی الحال تم چلی جاؤ اور ایک دو مہینے کے بعد تمہیں خود لے آؤنگا۔ اسی لیے کپڑے جہیز کے اور زیور وہی چھڑوا دیا۔ میں بھائی کے ساتھ آگئی۔ بعد میں میری والدہ نے دو مہینے بعد کہا کہ آکر لے جاؤ تو وہ لڑ پڑے کہ ہمارا لڑکا ہسپتال میں پڑا ہے گردوں میں پتھری کی صفائی کیلئے ہم نہیں لا سکتے۔ لیکن جب ٹھیک ہوگیا تو میرے سسر نے کہا کہ لڑکا نہیں مان رہا لانے کو۔ فیصلہ کر لیتے ہیں یعنی طلاق کا۔ انہوں نے باتیں بنانی شروع کر دیں کہ میرا بیٹا لعنتی ہے' بدمعاش ہے' ہمیں بدنام کر دیا' لہٰذا بس طلاق لے لو۔ پھر ستمبر میں طلاق نامہ بھجوا دیا۔ مارچ 2008ء کو شادی ہوئی اور ستمبر 2008ء کو طلاق ہوگئی۔ میں نے ایم اے عربی اور بی ایڈ کیا ہوا ہے لہٰذا اب میں اپنے والد کے گھر میں ہوں۔ طلاق کے بعد خواب دیکھا کہ میرے پھوپھا کی بڑی بیٹی کہہ رہی ہے کہ تمہاری عمر 30 سال ہو رہی ہے اب بھی تمہاری شادی نہیں ہونے دینگے میں نے انمول خزانہ نمبر 1 پڑھنا شروع کر دیا جس کے فضل سے مجھے جادو وغیرہ کے خواب نہیں آتے۔

(قارئین الجھی زندگی کا سلگتا خط آپ نے پڑھا، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ اس دکھ کا مداوا کیا ہے؟)

نانی اماں کے گھریلو ٹوٹکے

شگفتہ نسیم

پالک، ساگ، میتھی کے پتے کاٹ کر پلاسٹک کی چھلنی میں کھلے پانی سے دھوئیں اور ہاتھ سے اٹھا اٹھا کر دوسرے برتن میں رکھیں۔ اس طرح ساری مٹی اور کرکراہٹ نکل جاتی ہے۔ بالکل تھوڑا سا پانی ڈال کر سبزی پکائیں۔ آنچ ہلکی ہو، اس طرح بھرپور غذائیت ملے گی

کریلے کی کڑواہٹ

مٹھی بھر نمک لگا کر دھوپ میں رکھ دیں۔ خوب مل مل کر دھوئیں اور تیز گرم گھی میں تل لیں۔ اب انہیں گوشت یا قیمہ، ٹماٹر، پیاز میں ڈال کر پکائیں۔

کچا آم لے کر کاٹ لیں۔ تھوڑے سے پانی میں ابالیں۔ جب جوش آجائے تو کریلے کاٹ کر ڈال دیں۔ چار پانچ جوش دے کر اتار کر پھینک دیں۔ کریلے کی کڑواہٹ دور ہو گی۔

املی کے پانی میں بھی کریلے ابال سکتی ہیں۔ بعد میں کریلے اچھی طرح نچوڑ کر گھی میں فرائی کر لیں۔

سبزیاں پکاتے وقت دھیان رکھیں

پالک، ساگ، میتھی کے پتے کاٹ کر پلاسٹک کی چھلنی میں کھلے پانی سے دھوئیں اور ہاتھ سے اٹھا کر دوسرے برتن میں رکھیں۔ اس طرح ساری مٹی اور کرکراہٹ نکل جاتی ہے۔ بالکل تھوڑا سا پانی ڈال کر سبزی پکائیں۔ آنچ ہلکی ہو، اس طرح بھرپور غذائیت ملے گی۔

بینگن کے قتلے کاٹ کر پانی میں ڈالیں، اس طرح وہ کالے نہیں ہوں گے۔ اگر آپ بیسن میں پکوڑے بنانا چاہتی ہوں تو تلتے وقت بینگن کے ٹکڑے نمک کے پانی سے نکالیں اور بیسن لگا کر تل لیں ورنہ بیسن میں سیاہی مائل پانی چھوٹ جائے گا۔

مٹر کے دانے چھیل کر پلاسٹک کے لفافے میں برف کے خانے میں محفوظ کر دیں۔ جب پکانے ہوں تو ان میں سے تھوڑے سے نکال لیں۔

گوشت خراب ہونے سے کیسے بچائیں

گوشت میں نمک ڈال کر آدھ پیالی پانی ڈال کر جوش دے لیں۔ 24 گھنٹے کے بعد پھر ایک بار گرم کر لیں۔ اس طرح تین چار دن گوشت بغیر فرج کے رہ سکتا ہے۔

گوشت کے ٹکڑے کر کے نمک سرکہ لگائیں۔ چھری یا کانٹے سے گہرا کٹ لگائیں پھر ہلکا سا تیل لگا کر رکھیں۔ اس سے گوشت پر جو پپڑی سی جم جاتی ہے وہ نہیں جمتی۔

پہاڑی علاقے میں گوشت کے پارچے پہاڑوں پر سکھا کر محفوظ کرتے ہیں۔ ان پر نمک ضرور لگاتے ہیں۔ سوکھا ہوا یہ گوشت لذیذ ہوتا ہے۔

بن یا روٹی کو تازہ کرنا

گرمیوں میں اوون کو استعمال کریں تو کچن میں حدت اور بھی بڑھ جاتی ہے۔ بن یا روٹیوں کو نرم اور گرم کرنے کیلئے ایک پتیلے میں پانی گرم کریں۔ دیگچے کے درمیان میں ایک جالی فٹ کریں یا ایسی چھلنی رکھیں جو پانی کی سطح سے اوپر ہو اس میں روٹیاں یا بن رکھ کر بھاپ میں گرم کریں۔ نرم ہو جائیں گی اور گرم بھی نیز اوون بھی آپ کو جلانا نہیں پڑے گا۔ میں فریزر میں رکھے ہوئے نان یا روٹی وغیرہ اسی طرح بھاپ میں گرم کرتی ہوں۔ بالکل تازہ لگتے ہیں۔

نرم آٹا

گندھا ہوا آٹا اگر باہر یعنی فریج سے باہر رکھا جائے خاص طور پر گرمیوں میں تو بالکل ہی پتلا ہو جاتا ہے۔ روٹی پکانے کی بھی جلدی ہو اور اتنی جلدی میں آٹا فریج میں رکھا جائے تو سخت بھی جلدی نہ ہو گا۔ اس لیے جتنے جتنے سائز کے آپ نے پیڑے بنانے ہوں وہ بنا کر ایک ٹرے میں رکھ کر فریزر میں چند منٹ کیلئے رکھ دیں۔ پیڑے جلدی ٹھنڈے ہو جاتے ہیں۔ اب انہیں نکال نکال کر روٹی بیل کر پکالیں۔ کام آسان ہو جائے گا ورنہ بہت پتلے آٹے کی روٹی کبھی ادھر سے لٹک جائیگی اور کبھی درست شکل میں بھی نہیں بنے گی۔

دھماکہ خیز آفر

☆جنت میں خوبصورت پلاٹ بک کروانے کا سنہری موقع۔ ☆انتہائی آسان شرائط پر سچی توبہ سے ایڈوانس بکنگ جاری ہے ☆پانچ نمازوں کی آسان قسط جمع کرواتے جائیں۔ ☆کارنر پلاٹ کیلئے روزے رکھیں۔ ☆بہترین تعمیرات کیلئے زکوٰۃ دیں۔ ☆ہارٹی کلچر اور چمن وسبزہ زار کیلئے حج کریں۔ ☆مزید خوبصورت کیلئے تہجد کا اہتمام کریں۔ ☆اللہ تعالیٰ ہمیں توفیق عطا فرمائے۔

(حافظ آصف، منڈی بہاؤالدین)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد اَللّٰہُ الصَّمَدُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں اپنے گھریلو حالات کی وجہ سے بہت زیادہ پریشان تھی۔ میرے سارے بچے تقریباً موسمی بیماریوں میں مبتلا رہتے تھے۔ ایک ٹھیک ہوتا تھا تو دوسرا بیمار ہو جاتا تھا۔ (میرے پانچ بچے ہیں دو بیٹیاں اور تین بیٹے)۔ اس کے علاوہ میں خود بھی بلڈ پریشر کی مریضہ ہوں۔ جس کی وجہ سے میں ہر وقت ٹینشن میں رہتی تھی اور ہمارے گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا تھا۔ اس کے علاوہ میرے شوہر کا کاروبار بھی دن بدن ختم ہوتا جا رہا تھا۔ میں نے ایک دن عبقری میں مراقبے کا عمل دیکھا اور اس کو امید کی آخری کرن کے طور پر پورے اعتماد سے کیا۔ اس مراقبے کے عمل نے میری دنیا ہی بدل دی۔ میرے بچے بھی دن بدن صحت یاب ہونے لگے اور میرے شوہر کا کاروبار بھی اب دن بدن بہتر سے بہتر ہو رہا ہے۔ اس مراقبے کی برکت سے میرا بلڈ پریشر بھی اب کنٹرول میں رہنے لگا ہے۔ (شائستہ، لاہور)

مقصود الحسن

سانس کے ذریعے موٹاپے سے نجات

دیکھا گیا ہے کہ ہم مجموعی طور پر سانس درست انداز میں نہیں لیتے اس کے باعث ہمیں درکار توانائی کی پوری مقداریں حاصل نہیں ہوتیں اور خرچ ہونے والی توانائی کا تناسب مہیا ہونے والی توانائی سے بڑھ جاتا ہے اس سے ہمارے اندر تھکن اور پژمردگی آجاتی ہے

ہماری دنیاوی زندگی کا آغاز سانس کی آمدوشد سے ہوتا ہے اور جب تک ہم زندہ رہتے ہیں یہ سلسلہ جاری رہتا ہے۔ ہم پانی اور غذا کے بغیر تو کچھ دیر زندہ رہ سکتے ہیں لیکن سانس لیے بغیر کتنے لمحے زندہ رہ سکتے ہیں یہ بات کچھ ڈھکی چھپی نہیں۔

کائنات کی ہر شے سانس لیتی ہے۔ ہر شے کے سانس لینے کا طریقہ‘ رفتار اور دورانیہ مختلف ہوتا ہے۔ نہ صرف انسان‘ حیوانات اور نباتات بلکہ جمادات کی زندگی کے تار بھی سانس کی آمدوشد ہی سے وابستہ ہوتے ہیں۔ حتیٰ کہ پہاڑ بھی سانس لیتے ہیں اور ہماری زمین بھی اور اسی طرح اجرام سماوی بھی اپنی اپنی جگہ سانس لیتے ہیں۔ علمائے باطن کا کہنا ہے کہ ایک پہاڑ پندرہ منٹ میں ایک بار سانس لیتا ہے۔ اگر اس کا موازنہ انسان کے سانس لینے کی رفتار یعنی ایک منٹ میں اوسطاً اٹھارہ بیس سانس لینے سے کیا جائے تو یہ راز منکشف ہو جاتا ہے کہ رفتار تنفس کا انسان اور پہاڑ کی عمر سے براہ راست ایک تعلق ہے۔ بالفاظ دیگر ایک انسان جتنی دیر میں 270 تا 300 سانس لیتا ہے ایک پہاڑ اتنی ہی دیر میں صرف ایک سانس لیتا ہے۔ یعنی انسانی زندگی اور پہاڑ کی عمر میں یہی تناسب ہوتا ہے۔ اس فارمولے کے مطابق ایک انسان اوسطاً 60 سال کی عمر میں جتنے سانس لیتا ہے اتنے ہی سانس ایک پہاڑ سولہ تا اٹھارہ ہزار سال میں لیتا ہے۔ یعنی پہاڑ بھی پیدائش کے عمل سے گزر کر فنا کے راستے پر گامزن رہتے ہیں اور اپنے سانسوں کی مقدار کے مطابق اپنی عمر پوری کر کے ختم ہو جاتے ہیں۔

انسان اپنے جن اعضاء کی مدد سے سانس لیتا ہے ان کا نام پھیپھڑے قرار دیا ہے۔ دوسری مخلوقات میں بھی تنفس کا اپنا اپنا ایک الگ نظام کام کرتا ہے۔ مچھلیوں میں یہ گلپھڑے کہلاتے ہیں اور کچھوے وغیرہ میں ان کی جلد ہی ان کے تنفس کا ذریعہ ہوتی ہے۔

پرانے علوم میں یوگا اور آیورویدا میں سانس کی آمدوشد پہ قابو پانے اور درست انداز میں سانس لینے پر بہت زور دیا جاتا تھا ماہر یوگی اپنے تنفس پر قابو پانے میں اتنی مہارت حاصل کر لیتے ہیں کہ وہ حبس دم کر کے کئی کئی روز تک سانس روکنے کا مظاہرہ کر سکتے ہیں سانس کی رفتار پر قابو پا لینے والے افراد اپنے جسمانی نظام پر اس قدر کنٹرول حاصل کر لیتے ہیں کہ وہ اپنے دل کے دھڑکنے کی رفتار تک کو اپنی مرضی سے کم یا زیادہ کر سکتے ہیں۔

دیکھا گیا ہے کہ ہم مجموعی طور پر سانس درست انداز میں نہیں لیتے اس کے باعث ہمیں درکار توانائی کی پوری مقداریں حاصل نہیں ہوتیں اور خرچ ہونے والی توانائی کا تناسب مہیا ہونے والی توانائی سے بڑھ جاتا ہے اس سے ہمارے اندر تھکن اور پژمردگی آجاتی ہے۔

اللہ تعالیٰ کے قانون تخلیق کے مطابق ہر شے دو رخوں پر تخلیق کی گئی ہے۔ سانس کے بھی دو رخ معین ہیں۔ سانس اندر جانا سانس کا صعودی رخ کہلاتا ہے اور سانس کا باہر آنا سانس کا نزولی رخ کہلاتا ہے۔ صعودی رخ میں ہمارا ربط باطن سے جڑ جاتا ہے اور نزولی رخ میں ہم اپنے خارج سے ہم رشتہ ہو جاتے ہیں چونکہ انسان کا وجود اس کے باطن کا مرہون منت ہے اس لیے ہم جس قدر گہرا اور لمبا سانس لینے کے عادی ہونگے اسی قدر ہمارا تعلق اپنے باطن سے گہرا ہوگا اور چونکہ ہمارا جسمانی نظام بھی ہمارے اندر ہی سے یعنی باطنی طور پر ہی کنٹرول ہوتا ہے اس لیے جب ہم اپنے باطن سے ہم رشتہ ہوتے ہیں تو ہمارے پورے جسمانی نظام پر بھی مفید اثرات مرتب ہونا لازم آتا ہے۔

گہرے سانس لینے سے ہمارے جسم میں موجود رنگوں کے تمام مراکز توانائی کی مناسب مقداروں سے سیراب ہوتے ہیں۔ جلدی جلدی سانس لینے سے ایک قسم کی توانائی حاصل ہوتی ہے اور اتھلے اور سطحی اور ناہموار سانس لینے سے توانائی کی پوری مقررہ مقداریں حاصل نہیں ہوسکتیں۔ گہرا اور ہموار سانس لینے سے نہ صرف ایک بہتر قسم کی توانائی حاصل ہوتی ہے بلکہ ہمارے اندر کی کثافتیں بھی تحلیل ہوتی رہتیں ہیں۔

اگر کسی کا پیٹ باہر کو نکلا ہوا ہو تو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ اس کے سانس لینے کا طریقہ درست نہیں ہے۔ اس کی اصل وجہ یہ ہوتی ہے کہ باہر نکالتے وقت سانس اتھلا اور سطحی رہنے سے پیٹ اور سینے کے عضلات ڈھیلے پڑ جاتے ہیں۔ اس صورتحال کو کنٹرول کرنے کا سب سے بہتر طریقہ یہ ہے کہ سانس کو باہر نکالنے کا وقفہ دوگنا کر دیا جائے۔ محض چند ہفتے اس طرح سانس لینے کے طریقہ پر باقاعدگی سے عمل کرنے سے پیٹ کے ڈھیلے اور ڈھلکے ہوئے عضلات واپس اپنی اصلی حالت میں آجاتے ہیں۔

ہمارا سانس ہمارے دونوں نتھنوں سے باری باری‘ وقفوں سے چلتا ہے۔ کسی وقت سانس دائیں نتھنے سے زیادہ آجا رہا ہوتا ہے اور کسی وقت یہ بائیں نتھنے سے جاری ہوتا ہے۔ سانس کیساتھ ہمارے نتھنوں سے مختلف رنگ خارج اور جذب ہوتے ہیں۔ سیدھے نتھنے کا تعلق سورج سے اور بائیں نتھنے کا چاند سے تسلیم کیا جاتا ہے۔ اس طرح ہمارا ایک نتھنا ہم کو سرخ اور نارنجی رنگوں سے گرمی فراہم کرتا ہے جس وقت سانس ہمارے دونوں نتھنوں سے جاری ہوتا ہے اس وقت ہم زرد اور سبز رنگ زیادہ جذب کر رہے ہوتے ہیں۔

دائیں بائیں نتھنوں سے باری باری سانس لینے سے نہ صرف سانس کی نالیاں صاف ہوتی رہتی ہیں بلکہ خرچ ہونے والے رنگ بھی باری باری جسمانی نظام میں داخل ہو کر ہمارے اعضاء جلد اور اعصاب کو تقویت فراہم کرتے رہتے ہیں۔

حضور ﷺ نے دائیں کروٹ سونے کی جو ہدایت فرمائی ہے اس کی حکمت پر غور کرنے سے یہ منکشف ہوتا ہے کہ اس طرح سونے سے ہمارا سانس بائیں نتھنے سے چلتا ہے جس کے نتیجے میں نیلا رنگ زیادہ جذب ہوتا ہے اور اس کی وجہ سے نہ صرف نیند گہری آتی ہے بلکہ ذہن کو سکون بھی زیادہ میسر آتا ہے۔

جریان کیلئے حیرت انگیز نسخہ

السلام علیکم حکیم صاحب! جریان کا ایک کم خرچ اور آزمودہ نسخہ پیش خدمت ہے۔

اگر اس نسخہ کو معمولی سمجھ کر کوئی توجہ نہ دے تو وہ بدقسمت ہے۔ ٹاہلی کے مٹھی بھر پتے ڈیڑھ پاؤ پانی میں بھگو رکھیں۔ صبح مل چھان کر تین تولہ مصری ملا کر پئیں۔ گرمی خارج ہوگی اور جریان کا مرض دس سے بارہ دنوں تک جڑ سے ختم ہو جائے گا۔ منی کا گاڑھا ہونا گویا جریان کا خاتمہ ہے اور گویا قوت باہ میں اضافہ بھی۔ آزما کے دیکھیں ساری زندگی یاد کریں گے۔ **(اکبر کلیار، جھنگ)**

درد، ہمدرد اور علاج

حکیم محمد وسیم انور

مختلف قسم کے دردوں میں دردسر بہت عام ہے اور یہ پریشان کن بھی زیادہ ہوتا ہے۔ دردسر کی بہت سی قسمیں ہیں۔ مثلاً کوئی سردی یا گرمی کی حالت میں اٹھتا ہے۔ کبھی فکرو پریشانی کے وقت۔ تاہم نوے فیصد دردسر یا آدھے سر کا درد فکرو پریشانی سے پیدا ہوتے ہیں

درد قدرت کی طرف سے کسی بیماری کا انتباہ ہوتا ہے۔ لیکن ہر شخص درد کو اپنے ہی انداز میں محسوس کرتا ہے۔ کوئی معمولی سے درد سے بے چین ہو جاتا ہے اور کسی کو درد کی پرواہ بھی نہیں ہوتی۔ بہرحال درد کے اسباب اور علاج کو سمجھنے کیلئے اس کی شدت پر نہ جایئے کیونکہ اس کی دوسری خصوصیات اس سلسلے میں زیادہ توجہ کی مستحق ہوتی ہیں۔ مثلاً درد کی نوعیت کیا ہے۔ وہ چبھتا ہوا ہے' جلتا ہوا ہے' کاٹتا ہوا ہے یا پھاڑتا ہوا ہے۔ کیا وہ دن میں کسی خاص وقت میں بڑھتا ہے یا کسی خاص حالت میں اس میں زیادتی ہوتی ہے؟ مختلف قسم کے دردوں میں دردسر بہت عام ہے اور یہ پریشان کن بھی زیادہ ہوتا ہے۔ دردسر کی بہت سی قسمیں ہیں۔ مثلاً کوئی سردی یا گرمی کی حالت میں اٹھتا ہے۔ کبھی فکرو پریشانی کے وقت۔ تاہم نوے فیصد دردسر یا آدھے سر کا درد فکرو پریشانی سے پیدا ہوتے ہیں۔ پریشانی سے پیدا ہونے والا درد زیادہ سر کے پچھلے حصہ یا گردن میں ہوتا ہے اور کئی ہفتے بلکہ کئی مہینے تک ہوتا رہتا ہے۔

سردرد کے بعد کمر کا درد بھی بہت عام ہے۔ اس کے عام اسباب میں موٹاپا' غلط کرسیوں کا استعمال' غیر ہموار بستر پر سونا وغیرہ شامل ہیں۔ کمر کے درد کی بڑی وجہ ریڑھ کے ستون کا کوئی اختلال ہوا کرتا ہے۔ کمر کے درد کی طرح پاؤں کا درد بھی بہت عام ہے۔ اس کا ایک سبب پاؤں میں خون کے دوران کا اختلال ہوتا ہے۔ پاؤں کا درد اعصابی کمزوری کی وجہ سے بھی ہونے لگتا ہے اگر اس درد کے ساتھ ساتھ پاؤں سن بھی ہوں یا ان میں چیونٹیاں رینگنے کا احساس ہو تو پھر وہ کمر کی کسی خرابی کے باعث اٹھتا ہے۔ اگر کسی شخص کے سینہ میں بار بار درد ہوتا ہو تو اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ اسے لازمی طور پر قلب کی کوئی بیماری ہے اس لیے سینہ کے درد کے معاملے میں قلبی بیماری کی بجائے پہلے دوسرے اسباب تلاش کرنے پر توجہ دینی چاہیے۔ سینہ کے درد کی وجہ نمونیہ' ذات الجنب' ریڑھ' پسلی' کندھے یا سینہ کی دوسری ہڈیوں کی تکلیف بھی ہو سکتی ہے۔

سینہ کے درد کے سلسلہ میں اس اصول پر عمل کرنا چاہیے کہ سینہ میں اچانک درد یا تکلیف محسوس ہونے لگے تو یہ فرض کیا جائے کہ اس کا تعلق قلب سے ہے۔ قلب کے حملہ والا درد زیادہ تر سینہ کے وسط میں اٹھتا ہے اور یہ دباتا ہوا درد ہوتا ہے۔ سینہ کے درمیان سے یہ درد کندھوں' بازوؤں یا کمر یا جبڑے اور کانوں کی طرف پھیل سکتا ہے۔ اس درد میں مریض پیلا اور کمزور پڑ جاتا ہے۔ سانس رک رک کر آتا ہے اور چہرہ سے سخت پریشانی کا اظہار ہوتا ہے۔ اگر پیٹ میں اچانک اور شدت کا درد ہونے لگے تو آپ کو طبی امداد کی فوری فکر کرنی چاہیے۔ عام درد اکسیر ہاضم ادویات سے ٹھیک ہو جاتا ہے لیکن جب درد شدت کا ہو اور سانس رک رک کر آ رہا ہو' درد آدھے گھنٹہ یا زیادہ مدت تک جاری رہے تو ممکن ہے اس کیلئے جراحی کی ضرورت پڑ جائے۔ لہٰذا فوراً ہسپتال کا رخ کرنا چاہیے۔ پتہ کا درد کھانے کے تقریباً دو گھنٹے بعد پیٹ میں نفخ اور ریاح کی کثرت کے ساتھ ہوتا ہے۔ یہ درد شدید ہوتا ہے۔ مریض پسینہ سے شرابور ہو جاتا ہے اور اسے متلی بھی ہوتی ہے۔ جگر کا درد پیٹ کے داہنے اوپری حصے میں محسوس ہوتا ہے۔ یہ درد میٹھا اور بتدریج بڑھا کرتا ہے۔

پیٹ کے بائیں حصے کا درد کسی مرض کی دلالت نہیں کرتا اور زیادہ تر کثرت ریاح کی وجہ سے ہوتا ہے۔ لیکن وہ درد جو ایک دن سے زیادہ دیر تک رہے اور وہ ایک ہی جگہ رہے تو معدہ کے السر کی دلیل ہو سکتا ہے۔ پیٹ کے نچلے دائیں حصے کا درد عام طور سے کانی آنت کا درد یعنی اپنڈی سائیٹس کے باعث ہوتا ہے۔ اگر یہ درد دس گھنٹے سے زیادہ عرصہ تک جاری رہے تو مریض کو فوری خصوصی معالج کے پاس بھیجنا چاہیے۔ نوٹ: جب کوئی درد ہو تو فوراً ہی دافع درد (درد روکنے والی دوا) نہیں لینی چاہیے بلکہ کسی مستند معالج سے مشورہ کر لینا ہی بہتر ہوتا ہے۔

ستر ہزار فرشتے دعا میں لگا دیں

جب کوئی مسلمان کسی دوسرے مسلمان کی کسی ضرورت میں کوشش کرتا ہے جس سے اسکا حال بہتر ہو جائے اور اسکی پریشانی دور ہو جائے اور اسکا کام بن جائے جس کے نتیجے میں اسکی طبیعت بہتر ہو جائے تو اللہ تعالیٰ اس کام کرنیوالے پر 75 ہزار فرشتے مقرر فرما دیتے ہیں پھر اگر اس نے اس مسلمان کی حاجت و ضرورت صبح کے وقت پوری کی تھی تو اس کے واسطے یہ فرشتے شام تک رحمت کی دعا کرتے رہتے ہیں اور اگر شام کے وقت اس نے وہ کام کیا تھا تو صبح تک اس کیلئے دعا رحمت کرتے رہتے ہیں تو جب وہ کام کر کے واپس لوٹتا ہے تو ہر ہر قدم پر ایک گناہ مٹا دیتے ہیں اور ایک درجہ بلند کر دیتے ہیں۔ **(سدرۃ المنتہیٰ' چکوال)**

حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی صاحب کے کلونجی پر ذاتی مشاہدات

کلونجی اور معدہ کے امراض: لمبی لمبی ڈکاریں، بدہضمی، کھایا پیا منہ کو آنا، گیس، تبخیر، دائمی قبض وغیرہ کیلئے کلونجی کا استعمال اتنا مفید اور اکسیر ہے کہ اس کی وضاحت کیلئے ایک نہیں ہزاروں واقعات بیان کئے جاسکتے ہیں۔ ایک صاحب بتانے لگے کہ میرے گھر میں کھانے کے بعد گھر کے تمام افراد جب تک ہاضمے کیلئے گولی، سیرپ یا کوئی سوڈے کی بوتل استعمال نہ کرتے کھانا ہضم نہ ہوتا۔ لیکن جب سے ہم نے کلونجی کا استعمال شروع کیا حیرت انگیز طریقے سے تمام ادویات چھوٹ گئیں اور معدہ میں گیس اور بادی کے تمام امراض سے نجات مل گئی۔ ☆ ایک خاتون نے بتایا میں نے اپنے جسم اور پیٹ کو کم کرنے کے لئے بہت قیمتی ادویات استعمال کیں لیکن ان کے مضر اثرات تو بہت ہوئے افاقہ نہ ہوا۔ کسی نے کلونجی کے بارے میں بتایا میں نے کلونجی استعمال کرنا شروع کی کچھ ہی دنوں میں دیگر ملنے والی عورتیں مجھے پہچان نہ سکیں۔

کلونجی کتے کے کاٹنے کا حتمی علاج: میں ایک علاقے میں مریض دیکھنے گیا وہاں سینکڑوں مریض دیکھے۔ ایک صاحب نے بتایا کہ یہاں پر ایک ان پڑھ آدمی کے پاس ایک دم ہے وہ کلونجی پر دم کر کے ایسے مریضوں کو دیتا ہے جن کو کتے نے کاٹ لیا ہو حتیٰ کہ وہ لوگ جنہوں نے کتے کاٹے کی ویکسین لگوائی تھی پھر بھی ان پر باؤلے پن کا حملہ ہو گیا لیکن جب انہوں نے وہ دم شدہ کلونجی چالیس دن استعمال کی تو تندرست ہو گئے۔ شام کو وہ صاحب مجھے ملنے آئے اور اپنی صحت کے بارے میں مشورہ چاہا۔ میں نے تمام لوگوں کو ایک طرف کر کے اس سے وہ دم پوچھا تو ہنس کر کہنے لگے یہ ایک راز ہے اور آج تک میں نے کسی کو نہیں بتایا لیکن آپ کا نام بہت سنا اس لئے آپ کو بتائے دیتا ہوں کہ یہ ٹوٹکا دراصل مجھے ایک فقیر سائل نے دیا تھا کہ کتے کاٹے کے مریض کو دن میں کئی دفعہ کلونجی پانی سے استعمال کرائیں تو مریض زندگی بھر باؤلے پن سے محفوظ رہے گا۔ **(اقتباس' عبقری فائل 1)**

مایوس یہ درود شریف ضرور پڑھیں

ع،م چوہدری

جو شخص بیماریوں سے تنگ آ کر طبیبوں اور ڈاکٹروں سے مایوس ہو گیا ہو اسے چاہیے کہ نہایت خلوص نیت سے جمعرات کو اس درود پاک کو آٹھ منزلوں میں مکمل کرے اور شرائط ادب کو ملحوظ خاطر رکھتے ہوئے اس کا آغاز کرے انشاء اللہ کتنی ہی مصیبت میں کیوں نہ ہو نجات پائے گا۔

منطوش فرشتہ

حضرت معاذ بن جبل رضی اللہ عنہ سے حدیث شریف نقل ہے کہ فرمایا حضور انور ﷺ نے کہ حق تعالیٰ نے مجھے وہ رتبے دیئے ہیں جو کسی نبی کو نہیں ملے۔ مجھ کو سب نبیوں پر فضیلت دی اور اعلیٰ درجے مقرر کیے۔ میری امت کیلئے مجھ پر درود پڑھنے میں میری قبر کے پاس ایک فرشتہ مقرر فرمایا جس کا نام منطوش ہے۔ اس کا سر عرش کے نیچے اور پاؤں زمین کی تہہ تک۔ اس کے اسی ہزار بازو اور ہر بازو میں اسی ہزار پر اور ہر پر کے نیچے اسی ہزار رونگٹے اور ہر رونگٹے کے نیچے ایک زبان ہے جس سے وہ اللہ تعالیٰ کی تسبیح و تحمید بیان کیا کرتا ہے اور اس کے نیچے ایک زبان ہے جس سے وہ اللہ تعالیٰ کی تسبیح تحمید بیان کیا کرتا ہے اور اس شخص کیلئے دعائے مغفرت کیا کرتا ہے جو (میرا امتی) مجھ پر درود پڑھتا ہے۔

امراض چشم، قے، اختناق الرحم، بادی گولہ اور ریحی امراض کیلئے قے اور دیگر امراض شکم کیلئے ہر بچے بوڑھے کو یہ درود شریف تین یا سات بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائیں اور مریض پر دم کریں فوراً شفاء ہوگی۔ انشاء اللہ۔

ہر بیماری کیلئے 21 بار باوضو یہ درود شریف پڑھ کر پانی پر دم کر کے روزانہ تھوڑا تھوڑا پئیں یا مریض کو پلائیں انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

مندرجہ ذیل درود شریف باوضو لکھ کر چاٹے یا پانی میں گھول کر پلائیں شفاء ہونے تک عمل جاری رکھیں۔

مندرجہ ذیل درود شریف گیارہ بار پڑھ کر جس مریض پر دم کریں شفاء ہوگی مریض کتنا ہی شدید بیمار کیوں نہ ہو۔ شفاء روحانی، جسمانی، قلبی، عقلی اور لاعلاج امراض کیلئے تجربہ شدہ ہے۔

ایسی جسمانی بیماری جس کا طبیبوں سے علاج نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے اس درود پاک کو 40 دن تک روزانہ 100 مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ اللہ تعالیٰ بہتری کی صورت پیدا فرما دے گا۔

پیٹ کے امراض میں پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں اختناق الرحم، بادی گولہ و دیگر ریحی امراض اور دردوں میں ہیر اپینگ پر دم کر کے گندم کے دانہ کے برابر ایک چمچ گرم پانی میں گھول کر مریض کو پلائیں۔ بیہوش مریض کے ناک میں بھی دو قطرے ڈالیں فوراً ہوش میں آجائے گا۔

جو شخص بیماریوں سے تنگ آ کر طبیبوں اور ڈاکٹروں سے مایوس ہو گیا ہو اسے چاہیے کہ نہایت خلوص نیت سے جمعرات کو اس درود پاک کو اس درود پاک کو 121 مرتبہ شروع کریں صبح اور شام 40، 70، 90 دن یا مکمل شفاء یابی تک اس کو پڑھتے رہیں۔

درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلٰنَا مُحَمَّدٍ طِبِّ الْقُلُوْبِ وَدَوَآئِھَا وَعَافِیَۃِ الْاَبْدَانِ وَشِفَآئِھَا وَنُوْرِ الْاَبْصَارِ وَضِیَآئِھَا وَآلِہٖ وَصَحْبِہٖ

کوئی مصیبت ہو یا پریشانی

دَآئِمًا اَبَدًا۔

حضرت حسن بن علی رضی اللہ عنہما کا ارشاد ہے کہ جو شخص کسی مہم، پریشانی یا مصیبت میں ہو تو وہ مندرجہ ذیل درود شریف ایک ہزار مرتبہ محبت و شوق سے پڑھے اور اللہ تعالیٰ سے اپنی پریشانی کے رفع ہونے کی دعا کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کی مصیبت اور پریشانی دے گا۔ انشاء اللہ درود پاک یہ ہے:-

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِہٖ بِقَدْرِ

آگ اثر نہیں کرے گی

حُسْنِہٖ وَجَمَالِہٖ.

جو شخص اس درود پاک کو گیارہ سو گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لے یا آگ پر پھونک دے تو اس پر آگ اثر نہیں کرے گی۔ درود شریف یہ ہے:-

ہر مشکل کیلئے

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِ الْخَلَائِقِ وَاَفْضَلِ الْبَشَرِ.

رات سونے سے قبل وضو کر کے لیٹ جائیں، جسم کو ڈھیلا چھوڑ دیں اور مندرجہ ذیل درود شریف کا ورد دل میں کریں۔ زبان یا لب نہ ہلائیں اور پڑھتے پڑھتے سو جائیں۔ یہ خیال رہے کہ اس دوران کوئی شخص مخل نہ ہو۔ یکسوئی اور تنہائی بہت ضروری ہے۔ دوران وظیفہ اس مقصد کا خیال رہے جس کیلئے وظیفہ پڑھا جارہا ہے اگر بیماری سے صحت یابی کیلئے پڑھنا ہے تو یہ تصور کریں کہ میں بالکل اچھا ہوں، کھیل رہا ہوں، دوڑ رہا ہوں، وظیفہ کے ساتھ معقول علاج بھی جاری رہنا چاہیے۔ اگر مقصد رزق میں برکت کا ہو تو یہ تصور کریں کہ میرے حالات بدل رہے ہیں۔ وظیفہ کی مدت چالیس دن ہے۔ اگر چالیس روز سے پہلے کام ہو جائے تو بھی اس عمل کو چالیس روز تک کریں۔ درود پاک یہ ہے۔

کیا کتاب جنات نے چرائی؟

بہت عرصہ سے منزل پڑھ رہی ہوں تقریباً تین ماہ پہلے یہ کتاب گھر میں رہ گئی اور میں اپنے میکے گئی ویسے وہ کتاب ہر وقت میرے پرس میں ہوتی ہے۔ واپس آنے کے بعد ہر جگہ اسے ڈھونڈا کہیں نہ ملی گھر کے تمام افراد سے پوچھا سب نے لاعلمی کا اظہار کیا۔ تقریباً تین ہفتے اسی طرح گزرے ایک دن میری بھتیجی میرے گھر آئی اس کے پاس دعاؤں والی ایک کتاب تھی۔ اس میں منزل بھی تھی اس کو میں نے پڑھا۔ اسی دن یعنی جس دن صبح میں نے پڑھی۔ بھتیجی اپنے گھر واپس آگئی۔ تمام افراد اپنے اپنے کاموں پر چلے گئے میں لیٹ گئی اور تقریباً ساڑھے نو کے قریب جب میں اٹھی تو وہی منزل والی کتاب جس میں تقریباً 24 سورتیں ہیں جہاں میں ہر روز بیٹھ کر پڑھتی ہوں وہاں پڑی تھی۔ بھاگ کر اٹھایا تو حیرانگی تو ہوئی لیکن پھر سوچا کہ شاید بچوں نے یا میاں صاحب نے رکھی ہوگی۔ شام کو گھر آئے تو سب سے پوچھا سب نے لاعلمی کا اظہار کیا۔ کیا یہ کسی جن کی کارستانی ہے۔؟؟؟

دو انمول خزانے سے میں نے جو فوائد حاصل کیے وہ اس طرح کہ پہلے تو میں اس کو پڑھ کر ہر قسم کی دعا مانگ لیا کرتی تھی لیکن جب بیٹی کی شادی کی عمر ہوئی تو خاص طور پر اس کے رشتے کیلئے پڑھنا شروع کیا۔ یقین کیجئے دو ماہ کے اندر اندر بیٹی کا انتہائی اچھے گھرانے میں نکاح ہو گیا اب شادی کی تیاریاں ہیں۔ دعا کریں اللہ تعالیٰ بخیر و عافیت اس کام کو پایہ تکمیل تک پہنچائے۔ **(ام امتنان، چکوال)**

(بقیہ: چند قطروں سے دل کے والو کھل گئے)

صاحب اور عبقری کے ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود صاحب کا شکر گزار ہوں کہ ان کے وسیلہ سے اللہ تعالیٰ نے شفاء بخشی اور اللہ تعالیٰ سے دعا گو ہوں کہ آپ دونوں کی عمر دراز کرے تاکہ مزید لوگ آپ کے ہاتھوں فیض یاب ہوسکیں۔ (آمین) میں نے شروع میں دل کا وظیفہ لکھا تھا جس کو خود اور پھر دیگر عوام نے آزمایا اور فائدہ اٹھایا وہ درج ذیل ہے۔ ہر نماز میں فرض نماز کا سلام پھیرنے کے بعد اپنا دائیاں ہاتھ دل پر رکھیں اور اول وآخر درود شریف جو بھی یاد ہو اور درمیان میں سات مرتبہ "یَا قَوِیُّ الْقَادِرُ الْمُقْتَدِرُ قَوِّنِیْ وَقَلْبِیْ" پڑھ کر ہاتھ کی ہتھیلی اٹھا کر دل پر پھونک دیں اور پھر وہی ہتھیلی جو دل پر رکھی تھی اس کو دل پر ملیں انشاء اللہ دل میں درد نہ ہوگا یہ میرا اور کئی حضرات کا آزمودہ ہے۔

السی کے تیل کی طبی افادیت: السی کے تیل میں وٹامن بی کمپلیکس لی تھین زنک میگنشیم اومیگا تھری آئل میں کثیر تعداد میں موجود ہوتے ہیں۔ دل، خون کی شریانیں، مدافعاتی نظام، دوران خون، تولیدی اعضاء، دماغی نظام ہڈیاں اور جوڑوں میں السی کے اثرات مسلمہ ہیں۔ ماہرین غذا کے مطابق ملٹی وٹامن کے بعد السی ایک بہترین سپلیمنٹ ہے۔ السی کا تیل، دل کے بند والو کھولنے میں بہت مددگار ثابت ہوتا ہے۔ گھٹنوں کے درد اور جوڑوں کے درد کیلئے بہترین دوا ہے، جسم میں کیلشیم کی کمی پوری کرنے کیلئے السی سے بہتر کوئی چیز نہیں۔ جگر کے افعال کو درست رکھنے کیلئے السی ایک بہترین ذریعہ ہے۔ موٹاپے کا شکار افراد جو اپنا وزن کم کرنا چاہیں السی کے متواتر استعمال سے اپنا وزن کم کرسکتے ہیں۔ دماغ کے افعال کی درستگی میں السی کا اپنا ایک مقام ہے۔ **دل اور دوران خون میں السی کا استعمال:** السی کا متواتر استعمال کولیسٹرول کی مقدار کم کرکے دل کے دورہ اور بلڈ پریشر کے امکانات کو کم کردیتا ہے جو افراد تیل کے ذائقہ کو پسند نہیں کرتے وہ تیل کے استعمال کے بعد ایک گلاس جوس لے لیں۔ انناس اور تھوڑا سا شہد بھی ڈال کر 15 منٹ کے وقفہ کے بعد پی سکتے ہیں۔ تیل کا ذائقہ ختم ہوجائیگا۔ آپ یہ جوس اس طرح بھی بنا سکتے ہیں۔ آدھا کپ انگوروں کا جوس، آدھا کپ چیری جوس، ایک کپ دہی، ایک کپ پنیر، آدھا کپ السی کا تیل، ایک یا دو چمچ شہد، دو یا چار چمچ گندم کا دلیہ، ایک کیلا کاٹا ہوا ہر چیز کو بلینڈر میں ڈال دیں دو منٹ کے بعد دو بڑے گلاس بنائیں اس کو فوراً پینا چاہیے تاکہ غذائیت اور ذائقہ محفوظ رہ سکے۔ آپ السی کے آٹے کو گندم کے آٹے میں روٹی پکانے کیلئے استعمال کرسکتے ہیں۔ السی کے تیل کو فرائی نہیں کرنا چاہیے۔ اسے ریفریجریٹر میں رکھنا چاہیے تاکہ محفوظ رہے ورنہ اس کے خراب ہونے کا احتمال ہوتا ہے۔ گردوں سے متعلق بیماریاں، چھاتی کے کینسر اور ذیابیطس میں بھی السی کا استعمال مفید پایا گیا ہے۔ **مضر اثرات:** السی غذائیت کا بہترین ذریعہ ہے۔ البتہ زیادہ گرم حالت میں السی کے تیل کا استعمال نقصان دہ ہے۔ گرم تیل، جگر کو شدید نقصان پہنچاتا ہے۔ السی کے گرم تیل سے اٹھتے ہوئے دھوئیں کے اثرات سے کینسر ہوسکتا ہے۔ السی کے تیل کا ضرورت سے زیادہ استعمال، ڈپریشن، پیشاب کی بیماریوں اور پیٹ کے درد کا موجب ہوسکتا ہے۔ **استعمال کیلئے مفید مقدار کا تعین:** السی کے تیل کو رنگدار بوتل میں ریفریجریٹر میں رکھنا چاہیے کیونکہ اس کے کیمیائی اجزا آکسیجن اور روشنی سے مل کر ضرر رساں اجزا میں تبدیل ہوسکتے ہیں۔ السی کو ایک سال تک خشک جگہوں پر ذخیرہ کیا جاسکتا ہے۔ جب کہ پسی ہوئی السی کو 3 ماہ تک ریفریجریٹر میں اور 6 ماہ تک فریزر میں رکھا جاسکتا ہے۔ بالغ مرد کو ایک دن میں 60 گرام سے زیادہ استعمال نہیں کرنا چاہیے روزانہ 45 گرام کا استعمال بہترین نتائج فراہم کرتا ہے۔ مکمل یا کوٹے ہوئے السی کے بیج کو کسی بھی سیال شے میں ملا کر استعمال کریں۔ ایک چمچ السی اور 12-6 اونس مائع السی دن میں تین بار استعمال کریں۔ **السی کے پتے:** السی کے پتوں کا استعمال میڈیکل سائنس میں کسی بھی جگہ سود مند ثابت نہیں ہوا۔

(بقیہ: انگریز کا عجیب فیصلہ)

کہ میں نے تمہارے خلاف فیصلہ کرلیا ہے کہ تم 9 ماہ کیلئے اس تحصیل گورکھڑی میں صبح سے شام تک قید رہو گے اور رات اپنے گھر اپنے کمرے میں سوئے گا۔ سمجھے؟ اور تم نے صبح سے شام تک اس تحصیل گورکھڑی کے چکر لگانے ہونگے اب تک تو لڑکا سمجھا کہ یہ بھی معمولی سزا ہے لیکن کام کا کیا بنے گا؟؟ مگر انگریز نے اس کی سوچ کو پڑھ لیا تھا اور بولا ہم عدالت کی طرف سے تمہاری ماں کیلئے ایک روپیہ روز کا وظیفہ مقرر کردینگے تو فکرمند نہ ہوجاؤ۔ مگر تم نے اپنی پوری سزا نہیں سنی۔ صبح سے شام تک تحصیل میں رہو گے اور چکر لگاتا رلگاتے رہو گے مگر صرف چکر نہیں گھڑے سمیت چکر لگانے ہیں۔ یعنی خالی گھڑا تمہارے پیٹ کے ساتھ باندھنا پڑیگا اور ہر چکر کے بعد ایک گلاس پانی گھڑے میں ڈالنا ہوگا اب اگر 20 چکر لگائے تو 20 گلاس گھڑے میں ڈالنے ہونگے اور دوسرے دن اسی پانی والے گھڑے کو پیٹ سے باندھنا ہوگا پھر وہی روٹین کے مطابق یہی چکر اور گھڑا اور پانی اور پیٹ پر باندھنا۔ 9 ماہ تک کرنا ہوگا کہ تجھ جیسے بدبخت ناہنجار کو شاید یہ بات سمجھ میں آجائے کہ کس طرح تمہاری ماں نے نو ماہ تک اپنے پیٹ میں رکھے رکھا اور پھر نو ماہ کے بعد تجھ کو جنم دیا جبکہ تو سوائے رونے کے اور کچھ نہیں جانتا تھا۔ نہ مانگ سکتا تھا، نہ سردی، گرمی کا کہہ سکتا تھا اور نہ پیشاب پاخانے کا۔ وہ تمہاری ماں ہی تھی جو تمہارا سردی گرمی بھوک پیاس کا خیال رکھتی تھی۔ بدبخت ایک عمل کا بھی تیرے پاس بدلہ نہیں جب سخت سردیوں میں تو پیشاب کرکے بستر گیلا کردیتا اور تمہاری ماں خود گیلے بستر پر سوجاتی اور تمہیں سوکھے ہوئے بستر پر سلاتی۔ 10 دن کے بعد ہی اس کی ماں نے اس کی خلاصی کرائی اور ایک روپیہ وظیفہ بھی واپس کردیا۔ اپنے بچے کو آزاد دیکھ کر اس کی ماں کی خوشی قابل دید تھی۔ اس تمام قصہ میں ماں کا کردار قابل تعریف ہے۔ اس سب کچھ کے باوجود کہ اس ماں کو کس بیدردی سے پیٹا جاتا رہا مگر ماں بہرحال ماں ہی ہے اور ماں بڑی عظیم ہے۔ اس کا کوئی نعم البدل نہیں ہوسکتا۔ پھر اسی ماں کی سفارش پر ہی اس لڑکے کو پولیس میں بھرتی کیا گیا مگر وہ لڑکا بالکل بدل گیا تھا اور ہاتھ باندھے ماں کا غلام بنا رہتا تھا۔

(بقیہ: حلقہ کشف المحجوب)

سے آئے؟ بتایا کہ میں لاہور سے آیا ہوں۔ پوچھا کیا نام ہے؟ بتایا علی بن عثمان۔ پوچھا شیخ کون ہیں؟ بتایا شیخ ابوالفضل رحمۃ اللہ علیہ ایک اور بات بتاتا چلوں۔ حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ اپنے زمانے میں مشہور نہیں تھے اور یہ بھی نکتہ بتاتا جاؤں تاریخ نے ہر اس شخص کو مشہور کیا ہے جو اپنے دور میں زیادہ مشہور نہیں تھا جبکہ سلاطین اس وقت مشہور ہوتے تھے لیکن تاریخ نے ان کو بھلا دیا جو اللہ کا نام لینے والا ہے وہ ضروری نہیں کہ شہرت پائے لیکن اللہ بعد از وصال منوا کردیتے ہیں کہ میرا نام زندہ رہے گا اور نام لینے والا بھی زندہ رہے گا۔ اصل اللہ کی بارگاہ میں قبولیت ہے۔ وہ بزرگ شیخ علی بن عثمان ہجویری رحمۃ اللہ علیہ سے فرمانے لگے کہ بہت عرصے بعد کسی انسان سے ملاقات ہوئی ہے دنیا کے کتے میرے پاس دنیا مانگنے آتے تھے میں ان کو دنیا کی ہڈی ڈال دیتا تھا۔ تم پہلے شخص ہو جو دل کی دنیا آباد کروانے آئے ہو۔ میرے پاس آتے رہا کرو تمہارا روحانیت کا حصہ میرے پاس پڑا ہے۔

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-9595273۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ ظہیر اسلام صاحب، جامعہ عثمانیہ سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0333-6005921۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ ملک نوید نیوز ایجنسی 0333-6870706۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجرخان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **حضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

59

ماہنامہ عبقری لاہور ®

مئی 2011ء بمطابق جمادی الاخریٰ 1432ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات

لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

انشاءاللہ

حضرت حکیم صاحب کا شیڈول

سرگودھا

یکم مئی بروز اتوار (درس)

فون نمبر 0323-7007438

گجرات

22 مئی بروز اتوار (درس)

رابطہ نمبر: 0323-7007438

گلگت

25 جون 2011ء

رابطہ نمبر: 0323-7007438

عَبقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 11 جلد نمبر 5 مئی 2011ء بمطابق جمادی الآخری 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

لاہور

مئی 2011ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

عبقری اور حکیم صاحب سے فوری رابطہ کیلئے

الحمدللہ! دفتر ہذا میں عوام کی سہولت کیلئے آٹومیٹک ٹیلیفون ایکسچینج لگا دی گئی ہے۔ ٹیلیفون نمبر ملانے کے بعد متعلقہ ایکسٹینشن نمبرز ڈائل کریں۔ ایکسٹینشن نمبرز کی ترتیب یہ ہے:۔

1۔ تمام ایجنسی ہولڈرز اپنے معاملات کیلئے ایکسٹینشن نمبر 12 ڈائل کریں۔

2۔ حکیم صاحب سے ملاقات کا وقت حاصل کرنے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 13 ڈائل کریں۔

3۔ اپنا آرڈر بک کروانے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 15 ڈائل کریں۔

4۔ اپنے آرڈر سے متعلقہ شکایات کے سلسلے میں ایکسٹینشن نمبر 16 ڈائل کریں۔

5۔ مطلوبہ ایکسٹینشن مصروف ہونے کی صورت میں آپریٹر کا انتظار کریں۔

ٹیلیفون نمبرز: **042-37552384,37597605,37586453**

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: **RP/6237/L/S/10/1534**

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کردیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ)

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر **042-37552384,37597605,37586453** پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔ روزانہ صرف 30 لوگوں سے ملاقات ہوگی۔ بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔ وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

خط وکتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" "مرکز روحانیت وامن" 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس **042-37552384,37597605,37586453**

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: **0322-4688313**

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

محمد طارق محمود نے [illegible] سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

ذکر کرنے والا زندہ اور نہ کرنے والا مردہ ہے

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ حدیث قدسی میں اپنے رب کا یہ ارشاد مبارک نقل فرماتے ہیں: میں بندے کے ساتھ ویسا ہی معاملہ کرتا ہوں جیسا وہ میرے ساتھ گمان کرتا ہے جب وہ مجھے یاد کرتا ہے تو میں اس کے ساتھ ہوتا ہوں۔ اگر وہ مجھے اپنے دل میں یاد کرتا ہے تو میں بھی اس کو اپنے دل میں یاد کرتا ہوں۔ اگر وہ میرا مجمع میں ذکر کرتا ہے تو میں اس مجمع سے بہتر یعنی فرشتوں کے مجمع میں اس کا تذکرہ کرتا ہوں۔ اگر بندہ میری طرف ایک بالشت متوجہ ہوتا ہے تو میں ایک ہاتھ اس کی طرف متوجہ ہوتا ہوں۔ اگر وہ میری طرف ایک ہاتھ بڑھتا ہے تو میں دو ہاتھ اس کی طرف متوجہ ہوتا ہوں۔ اگر وہ میری طرف چل کر آتا ہے تو میں اس کی طرف دوڑ کر آتا ہوں۔ **(بخاری)**

حضرت معاذ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے رسول اللہ ﷺ سے پوچھا: کون سے جہاد کا اجر سب سے زیادہ ہے؟ ارشاد فرمایا: جس جہاد میں اللہ تعالیٰ کا ذکر سب سے زیادہ ہو۔ پوچھا: روزہ داروں میں سب سے زیادہ اجر کسے ملے گا؟ ارشاد فرمایا: جو روزہ دار اللہ تعالیٰ کا سب سے زیادہ ذکر کرنے والا ہو۔ پھر اسی طرح نماز‘ زکوٰۃ‘ حج اور صدقہ کے متعلق رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ وہ نماز‘ زکوٰۃ‘ حج اور صدقہ افضل ہے جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر زیادہ ہو۔ حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے فرمایا: ابوحفص! ذکر کرنے والے ساری خیر و بھلائی لے گئے۔ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: بالکل ٹھیک کہتے ہو۔ **(مسند احمد)** (ابوحفص حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی کنیت ہے۔)

حضرت حنظلہ اسیدی رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے اگر تمہارا حال ہمیشہ ویسا ہی رہے جیسا میرے پاس ہوتا ہے اور تم ہر وقت اللہ تعالیٰ کے ذکر میں مشغول رہو تو فرشتے تمہارے بستروں پر اور تمہارے راستوں میں تم سے مصافحہ کرنے لگیں لیکن حنظلہ بات یہ ہے کہ یہ کیفیت کبھی کبھی ہوتی ہے۔ آپ ﷺ نے یہ بات تین مرتبہ ارشاد فرمائی یعنی انسان کی ایک ہی کیفیت ہر وقت نہیں رہتی بلکہ حالات کے اعتبار سے بدلتی رہتی ہے۔ **(مسلم)**

حضرت ابوموسیٰ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتا ہے اور جو ذکر نہیں کرتا‘ ان دونوں کی مثال زندہ اور مردے کی طرح ہے‘ ذکر کرنے والا زندہ اور ذکر نہ کرنے والا مردہ ہے۔ ایک روایت میں یہ بھی ہے کہ اس گھر کی مثال جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر کیا جاتا ہو زندہ شخص کی طرح ہے یعنی وہ آباد ہے اور جس میں اللہ تعالیٰ کا ذکر نہ ہوتا ہو وہ مردہ شخص کی طرح ہے یعنی ویران ہے۔ **(بخاری، مسلم)**

حال دل

بلبلتو کے قلم سے

جو میں نے دیکھا‘ سنا اور سوچا

دوران پریکٹس ایک صاحب ملنے آئے میں حسب معمول مریضوں کا معائنہ کر رہا تھا کہنے لگے کہ ایک بات بتاتا ہوں کبھی رسالے میں لکھ دیجئے گا میں نے توجہ کی تو کہنے لگے اکثر مال دولت اور چیزیں یعنی انعامات ایک نسل سے دوسری نسل تک مشکل سے تیسری نسل تک بہت مشکل اور چوتھی نسل تک بالکل بالکل ہی کم جاتی ہیں میں نے اس کا سبب پوچھا تو ایک واقعہ سنایا کہنے لگے کہ جیوٹ مل یعنی پٹ سن کی مل کا مالک نہایت محنت کر کے اس نے یہ مل لگائی خود بہت غریب تھا۔ مزدوری کر کے اور محنت کر کے مال جمع کیا پھر اس محنت اور مزدوری سے رقم جمع کی ایک وقت ایسا آیا کہ اس نے مل لگائی قدرت نے ہاتھ پکڑا وہ مل چل پڑی پھر یونٹ بڑھتے چلے ادھر اولاد بڑی ہوئی جوان ہوئی اور والد کی ساتھی بن گئی۔ ایک بار بیٹا مین آفس کی کرسی پر بیٹھا ہوا تھا تو 85 سالہ بوڑھا کسی غرض سے اس کے سامنے والی کرسی پر بیٹھ گیا بیٹے کو یہ سب بہت ناپسند ہوا اس نے اسے اس کرسی سے فوراً اٹھ جانے کو کہا اور نہایت سخت الفاظ اس بوڑھے کیلئے استعمال کیے بوڑھے نے اٹھتے ہوئے ہلکی سی آواز میں ایک خدائی پیغام دے گیا کہ بیٹا لگتا ہے کہ تیرے زوال کا وقت آ گیا۔ ان الفاظ پر اس تاجر مالدار اور کروڑ پتی بیٹے نے قہقہہ لگایا بات آئی گئی ہوگئی لیکن بوڑھی آواز نے آسمانی ڈائری میں اپنی فریاد لکھوا دی تھی اور وہ لکھی جا چکی آہستہ آہستہ زوال کی طرف پہیہ چلنے لگا اور پھر یوں زوال آیا کہ سب کچھ ختم ہوگیا۔ کیونکہ مال کا تکبر اور سلاطین کا تکبر نہایت مشہور ہے۔

اولاد کی تربیت کا سنہرا راز

احنف بن قیس رحمۃ اللہ علیہ سے حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ نے اولاد کی تربیت کا راز پوچھا اس نے جو راز آج سے 1500 سو سال قبل حضور سرور کونین ﷺ کی دینی تربیت سے پایا وہ راز آج کی سائنس نے بار بار کے تجربات کے بعد نہایت ثابت کر دیا ہے۔

1۔ جتنا مانگے اس سے زیادہ دو۔ 2۔ اس کی طاقت سے زیادہ اس پر وزن نہ ڈالو۔ 3۔ کچھ کہتا ہے تو ضرورت اور خواہش کا امتیاز کرو اگر خواہش ہو تو اس کو محبت پیار سے سمجھا کر اس کی تکمیل نہ کرو اور ضرورت ہے تو تاخیر نہ کرو۔ فرمایا اولاد کے ساتھ معاملہ حکمرانہ ہو اسحانہ ہو یعنی آرڈر کا انداز نہ ہو بلکہ نصیحت محبت اور دوستی کا انداز ہو بلکہ عاجزانہ ہو یہاں تک کہ اولاد سے دوستانہ مزاج اور طریقہ ہو۔ فرمایا دنیا کے نامور پہلوان جس کو کوئی نہ گرا سکا لیکن واحد اولاد ہے کہ اولاد نے اس نامور پہلوان کو گرا دیا اور پچھاڑ دیا۔

فرمایا اولاد ماں باپ کیلئے دعا اور ماں باپ اولاد کیلئے دعا کرنے کیلئے خصوصی وقت نکالیں۔ اولاد کی تربیت کی نیت سے روزہ رکھنا تہجد پڑھ کر دعا اور صدقہ دینا۔

درسِ روحانیت و امن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

جب آنکھیں کھلیں گی

اللہ جل شانہ نے اصحاب کہف کے کتے کا قرآن میں کئی جگہ ذکر کیا ہے اور ایک روایت میں یہاں تک آتا ہے کہ اللہ پاک اس کتے کو انسانی شکل دیں گے اور اس کو جنت میں بھیج دیں گے۔ ایک اللہ والے نے یہاں ایک عجیب نکتہ بیان کیا ہے (عارفانہ عاشقانہ نکتہ ہے) فرمایا دنیا اصحاب کہف کی مخالف تھی۔ اللہ جل شانہ کی محبت اور ایمان بچا کر نکلے تھے اور ایک غار میں پناہ لی تھی اس کتے نے ساتھ دیا تھا فرمایا ایمان والوں کا اگر کتا بھی ساتھ دے اللہ اس کا تذکرہ قرآن میں کردے اگر ایمان والا بندہ ہو اس کا اگر انسان ساتھ دے تو اللہ اس سے کتنا راضی ہوگا اور کتنا خوش ہوگا اور اللہ اس کو کتنا مقام عطا فرمائے گا یہ تو جب آنکھیں کھلیں گی فرمایا کہ سارے انسان سو رہے ہیں جب موت آئے گی تب جاگیں گے ابھی تو آنکھیں بند ہیں...... سمجھ نہیں آرہی...... عقل نہیں مان رہی...... آنکھیں جو بند ہیں جب یہ آنکھیں کھلیں گی ؎

میری آنکھ بند تھی جب تلک نور جمال تھا
کھلی آنکھ تو نہ خبر رہی کہ خواب تھا کہ خیال تھا

پھر پتہ چلے گا کہ اس بیٹھنے پہ کیا ملے گا' اس سننے میں کیا ملے گا' اس ایک دفعہ سبحان اللہ کہنے پہ کیا ملے گا۔ میں بس میں سفر کررہا تھا' میں کوچ میں جا رہا تھا موٹر سائیکل گاڑی میں جا رہا تھا میں نے بیٹھے بیٹھے ذکر کیا تھا' تسبیح پڑھی تھی' اللہ جل شانہ کا نام لیا تھا' کسی اللہ والے سے محض اللہ کیلئے محبت کی تھی۔ ایک اللہ والے فرماتے ہیں آدمی کو جس کے مقام کا علم نہیں ہوتا اس کا دشمن ہے اور جس کے مقام کا علم ہوتا ہے اس کا غلام ہوتا ہے جب آدمی کو کسی کے مقام کا علم نہیں ہوتا تو وہ اس کا دشمن ہوتا ہے اور جب اس کے مقام کا علم ہو جاتا ہے تو وہ اس کا غلام بن جاتا ہے۔ ایک اللہ والے جا رہے تھے ایک شخص کھڑا تھا وہ پہچانتا نہیں تھا۔ ساتھ کھڑے شخص نے کہا کہ یہ فلاں بزرگ ہیں تو اس شخص کو مقام کا علم تھا تو کہنے لگا کہ حضرت کا نام سنا ہے دوسرے نے کہا سنا تو ہے یہ جا رہے ہیں (دور سے اشارہ کرتے ہوئے کہا) اس نے محبت سے دیکھا ماشاءاللہ یہ اللہ والے جا رہے ہیں۔ بس زندگی کے جتنے دن تھے پورے ہو گئے۔ وہ فوت ہو گیا (جس نے دیکھا تھا وہ فوت ہو گیا جس نے دکھایا تھا وہ ابھی زندہ تھا) تو اس نے خواب میں پوچھا تیرے ساتھ اللہ جل شانہ نے کیا معاملہ فرمایا تو کہنے لگے کہ جب میں اللہ پاک کی خدمت میں حاضر ہوا تو اللہ پاک نے فرمایا کہ تو نے میرے ایک محبوب کو محبت کی نگاہ سے دیکھا تھا وہ میرا محبوب تھا یہ حدیث میں ہے حضور ﷺ نے فرمایا "اللہ میں تجھ سے تیری محبت مانگتا ہوں اور ان کی محبت جن سے تو محبت کرتا ہے میں ان کی محبت کا سوال کرتا ہوں" اللہ کے جو محبوب ہیں ان سے محبت رکھنا حضور ﷺ کی محبت کا حصہ ہے کہا تو نے میرے محبوب کو محبت کی نظر سے دیکھا تھا و اسی وقت میں نے بھی تجھے محبت کی نظر سے دیکھا تھا اور جس کو میں محبت کی نظر سے دیکھوں گا وہ جہنم میں کیسے جا سکتا ہے۔

اس لئے کہتے ہیں والدین کو محبت کی نگاہ سے دیکھنے سے حج عمرہ کے ثواب ملتا ہے فرمایا کس لئے کہ وہ آسمانوں سے زمین پہ لانے کا ذریعہ ہے ہم عالم ارواح میں تھے اللہ پاک نے والدین کے ذریعے سے ہمیں عالم وجود بخشا پھر بڑی عجیب بات فرمائی جو زمین سے آسمان میں جانے کا ذریعہ بنے۔ اعمال' ایمان' تقویٰ' اللہ کا تعلق فرمایا والدین کو دیکھنے سے کعبہ ملتا ہے حج عمرہ کے ثواب کعبہ کے بغیر تو نہیں ہوتا اس لئے کہتے ہیں کہ اپنے شیخ کو اگر محبت کی نگاہ سے دیکھیں تو کعبہ والا ملتا ہے کہ شیخ نیچے سے اوپر لے جانے کا ذریعہ بنا **میرے محترم دوستو!** اپنے ایمان کی فکر کریں اور اس کا غم کھائیں اور اس کے لئے محنت کریں اور اس کے لئے اپنے اوقات کی ترتیب بنائیں۔

شیطان لٹیرا ہے

دیکھو ایک بندہ چینی کی بوری سائیکل پہ لئے جا رہا تھا اور بوری پھٹی ہوئی تھی بیسیوں آدمی کہنے لگے کہ بھئی تجھے پتہ نہیں ہے تو سائیکل چلائے جا رہا ہے پیچھے بوری پھٹی ہوئی ہے ساری چینی ضائع ہو رہی ہے۔ ارے یہاں تک کہ دن میں اگر موٹر سائیکل کی لائٹ جل رہی ہو تو لوگ اس کو اشارہ کر کے بتاتے ہیں کہ تیری بیٹری ضائع ہو رہی ہے کسی کی جیب کٹ گئی پیسے ضائع ہو گئے کتنا دکھ ہوتا ہے اور کسی نے آنکھوں سے اللہ کو ناراض کیا' اس کے ایمان کی جیب کٹ گئی ہے اس کا کتنا نقصان ہو گیا ہاں جس نے زبان سے' جسم کے کسی حصے سے کوئی گناہ کیا اس کے ایمان کی جیب کٹ گئی ہے۔ اس کی فکر کرو میرے دوستو! ارے ایمان کا مضمون ایک نشست میں سمجھنے سمجھانے والا نہیں ہے ارے! جس پہ ساری زندگی کی محنتیں ہیں اللہ والو وہ ایک لمحے میں کیسے سمجھ آئے گا اس لئے کہتے ہیں کہ یہ سمجھ تو نہ آئے گا لیکن اس کے لئے تھوڑی سی فکرمندی ہو جائے یہ سب سے بڑی بات ہے اس لئے دوستو ایمان کو بنانا ہے اور پھر اگلی بات تھوڑی سی اور بھی سن لو ایمان کو بچانا ہے شیطان لٹیرا ہے لٹیرا۔

ایمان کی حفاظت

کہتے ہیں جب کچھ نہیں تھا بڑا سکون تھا جب سے مال آگیا پریشانی بڑھ گئی ہے۔ ارے جہاں مال آتا ہے چور آتا ہی وہیں پہ ہے...... خیال کرنا...... مجھے ایک بندہ کہنے لگا کافروں کو گناہ نہیں کراتا مسلمانوں کو کراتا ہے میں نے کہا جس کے پاس دولت ہے آتا ہی وہیں ہے ان بے چاروں کے پاس ایمان کی دولت ہے ہی نہیں ایمان کی دولت تو اسی (مومن) کے پاس ہے تو اس لئے میرے دوستو! اللہ جل شانہ نے آج موقع دیا ہے خیال کرنا کہیں گردن نہ اونچی رہ جائے اور ایمان چلا جائے۔ سودا بڑا مہنگا کرلیا ہاں یہ چیز مٹنے سے ملتی ہے کہ دانہ خاک میں مل کے گل و گلزار ہوتا ہے اسی لئے کہتے ہیں کہ جب تک مٹی پاؤں تک رہتی ہے وہ پسندیدہ ہے جب وہ مٹی منہ کے قریب آجاتی ہے تو دھول بن جاتی ہے اور یاد رکھنا مٹی سے پھول اگتے ہیں کبھی پتھر سے پھول نہیں اُگے۔ **(جاری ہے)**

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں چند مسائل سے بہت زیادہ پریشان تھی تو میرے بھائی جو پہلے سے باقاعدگی سے درس سنتے ہیں انہوں نے مجھے کہا کہ ہر جمعرات قبلہ حکیم صاحب کا درس ہوتا ہے تو اب میں تقریباً آٹھ ماہ سے درس میں شرکت کر رہی ہوں اور محترم حکیم صاحب جب دعا ہوتی ہے تو جسم کیا روح تک سرشار ہو جاتی ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے سب سننے والوں کی ہر مشکل آسان ہو جائے گی۔ محترم حکیم صاحب میرے جتنے مسائل تھے سب ایک ایک کرکے ایسے حل ہوئے کہ مجھے پتہ بھی نہ چلا۔ میرے بیٹے کی شادی کے بعد طبیعت خراب ہو گئی۔ بہت علاج کرائے مگر الحمدللہ اب میرا بیٹا بالکل نارمل اور تندرست ہے۔ **(رخسانہ، لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے
حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

محمد اویس، لاہور

حکمرانی کا خوبصورت انداز

"اللہ کے بندے امیرالمومنین عمر (رضی اللہ عنہ) کی طرف سے مصر کے دریائے نیل کے نام۔ امابعد! اگر تم اپنی مرضی سے چلتے ہو تو مت چلو اور اگر تمہیں اللہ واحد قہار چلاتے ہیں تو ہم اللہ واحد قہار سے سوال کرتے ہیں کہ وہ تجھے چلا دے"

مجاہدین کے کھانے میں برکت: ایک غزوہ کے سفر میں جب بھوک نے مسلمان مجاہدین کو ستایا تو انہوں نے حضور ﷺ سے کچھ اونٹ ذبح کرنے کی اجازت لی اور عرض کیا' یہ گوشت کھانے سے اللہ تعالیٰ ہمیں اتنی طاقت دے دیں گے جس سے ہم منزل تک پہنچ جائیں گے۔ حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ نے دیکھا کہ حضور ﷺ نے کچھ اونٹ ذبح کرنے کی اجازت دینے کا فیصلہ کرلیا ہے تو عرض کیا' یا رسول اللہ ﷺ کل جب ہم بھوکے اور پیدل دشمن کا مقابلہ کریں گے تو ہمارا کیا حال ہوگا' اس لیے میری رائے یہ ہے کہ آپ مناسب سمجھیں تو لوگوں کے پاس جو توشے بچے ہوئے ہیں وہ منگوا کر جمع کرلیں اور پھر اللہ تعالیٰ سے اس میں برکت کی دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی دعا سے کھانے میں برکت بھی دیں گے اور منزل تک بھی پہنچا دیں گے۔" چنانچہ حضور ﷺ نے لوگوں سے ان کے بچے ہوئے توشے منگوائے تو لوگ لانے لگے کوئی مٹھی بھر کھانے کی چیز لایا اور کوئی اس سے زیادہ سب سے زیادہ ایک آدمی ساڑھے تین سیر کھجور لایا۔ حضور ﷺ نے ان تمام چیزوں کو جمع کیا پھر کھڑے ہوکر کچھ دیر دعا کی پھر لشکر والوں سے فرمایا "اپنے اپنے برتن لے آؤ پھر اس میں سے ہاتھ بھر بھر کر نکال لو" چنانچہ لشکر والوں نے اپنے تمام برتن بھر لیے اور کھانے کا جتنا سامان پہلے تھا اتنا پھر بچ گیا اسے دیکھ کر حضور ﷺ اتنا مسکرائے کہ دانت مبارک نظر آنے لگے۔ آپ ﷺ نے فرمایا "میں اس بات کی گواہی دیتا ہوں کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں اور میں اس بات کی گواہی دیتا ہوں کہ میں اللہ کا رسول ہوں' جو بندہ ان دونوں باتوں پر ایمان رکھتا ہوگا وہ قیامت کے دن اللہ تعالیٰ سے اس حال میں ملے گا کہ جہنم کے اس سے دور رہنے کا فیصلہ ہوچکا ہوگا۔ (احمد والنسائی)

حضرت عمر رضی اللہ عنہ اور ایک یہودی: ایک یہودی نے آکر حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے پوچھا کہ ذرا یہ تو بتائیں کہ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا "اور جنت جس کی وسعت ایسی ہے جیسے سب آسمان اور زمین" **(آل عمران 133)** جب سب جگہ جنت ہوگئی تو جہنم کہاں ہے؟؟؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے صحابہ رضی اللہ عنہم سے فرمایا اسے جواب دو لیکن ان میں سے کسی کے پاس اس کا جواب نہیں تھا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا: ذرا تم یہ بتاؤ جب رات آکر ساری زمین پر چھا جاتی ہے تو دن کہاں چلا جاتا ہے؟ اس یہودی نے کہا جہاں اللہ چاہتا ہے وہاں چلا جاتا ہے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ایسے ہی جہنم بھی وہاں ہے جہاں اللہ چاہتا ہے۔ اس پر اس یہودی نے کہا اے امیرالمومنین! اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے اللہ تعالیٰ کی نازل کردہ کتاب (تورات) میں بھی اسی طرح ہے جس طرح آپ نے فرمایا ہے۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا خوف آخرت: ایک مرتبہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حضرت عبدالرحمٰن بن عوف رضی اللہ عنہ سے چار ہزار درہم ادھار مانگے تو حضرت عبدالرحمٰن رضی اللہ عنہ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے قاصد سے کہا جا کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے کہو کہ ابھی وہ بیت المال سے چار ہزار لے لیں اور پھر بعد میں واپس کردیں" جب قاصد نے آکر جواب بتایا تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو بڑی گرانی ہوئی پھر جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی حضرت عبدالرحمٰن سے ملاقات ہوئی تو ان سے کہا تم نے کہا تھا کہ عمر چار ہزار درہم بیت المال سے لے لے اگر میں بیت المال سے ادھار لے کر تجارتی قافلے کے ساتھ بھیج دوں اور پھر تجارتی قافلہ کی واپسی سے پہلے مرجاؤں تو تم لوگ کہو گے کہ امیرالمومنین نے چار ہزار لیے تھے اب ان کا انتقال ہوگیا ہے اس لیے ان کو یہ رقم معاف کردو (تم لوگ تو یہ رقم معاف کردو گے) اور میں ان کے بدلہ قیامت کے دن پکڑا جاؤں گا۔

عمر رضی اللہ عنہ جنت والوں میں سے ہیں: جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو ابولولوہ نے زخمی کردیا تو حضرت علی رضی اللہ عنہ ان کے پاس گئے۔ اس وقت حضرت عمر رضی اللہ عنہ رو رہے تھے۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے عرض کیا اے امیرالمومنین! آپ کیوں رو رہے ہیں؟ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا میں آسمان کے فیصلے کی وجہ سے رو رہا ہوں مجھے معلوم نہیں کہ مجھے جنت میں لے جایا جائیگا یا جہنم میں؟ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے کہا آپ رضی اللہ عنہ کو جنت کی بشارت ہو' کیونکہ میں نے حضور ﷺ کو بے شمار دفعہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ ابوبکر و عمر رضی اللہ عنہما جنت کے بڑی عمر کے لوگوں کے سردار ہیں اور یہ دونوں عمدہ آدمی ہیں۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا اے علی! رضی اللہ عنہ کیا تم میرے جنتی ہونے کے گواہ ہو؟ حضرت علی رضی اللہ عنہ نے ہاں میں جواب دیا اور اپنے بیٹے حضرت حسن رضی اللہ عنہ کو مخاطب کرتے ہوئے فرمایا اے حسن رضی اللہ عنہ تم اپنے باپ کے گواہ رہنا کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ عمر جنت والوں میں سے ہیں۔

دریائے نیل کے نام خط: جب حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ نے مصر فتح کرلیا تو عجمی مہینوں میں سے بونہ مہینے کے شروع میں مصر والے ان کے پاس آئے اور کہا امیر صاحب! ہمارے اس دریائے نیل کی ایک عادت ہے جس کے بغیر یہ نہیں چلتا۔ وہ عادت کیا ہے؟ حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ نے دریافت فرمایا "جب اس مہینہ کی بارہ راتیں گزر جاتی ہیں تو ہم ایسی کنواری لڑکی کی تلاش کرتے ہیں جو اپنے والدین کی اکلوتی لڑکی ہوتی ہے اس کے والدین کو راضی کرتے ہیں اور اسے سب سے اچھے کپڑے اور زیور پہنا کر دریائے نیل میں ڈال دیتے ہیں۔ حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ نے انہیں ایسا کرنے سے منع کیا اور فرمایا یہ کام اسلام میں تو نہیں ہوسکتا' کیونکہ اسلام اپنے سے پہلے کے تمام (غلط) طریقوں کو مٹا دیتا ہے۔

حضرت عمرو رضی اللہ عنہ کے منع کرنے کے سبب مصر والے بونہ' ابیب اور مسری تین مہینے ٹھہرے رہے اور آہستہ آہستہ دریائے نیل کا پانی بالکل ختم ہوگیا یہ صورتحال دیکھ کر مصر والوں نے مصر چھوڑ کر کہیں اور چلے جانے کا ارادہ کرلیا جب حضرت عمرو بن عاص رضی اللہ عنہ نے یہ ماجرا دیکھا تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو خط لکھا اور ساری صورتحال سے آگاہ کیا۔ حضرت عمر رضی اللہ نے جواب میں لکھا کہ آپ نے بالکل ٹھیک کیا' بے شک اسلام اپنے سے پہلے کے تمام غلط طریقے ختم کردیتا ہے میں آپ کو ایک پرچہ بھیج رہا ہوں جب آپ کو میرا خط ملے تو آپ میرا وہ پرچہ دریائے نیل میں ڈال دیں۔

جب خط حضرت عمرو بن عاص رضی اللہ عنہ کے پاس پہنچا تو وہ پرچہ کھولا اس میں لکھا ہوا تھا "اللہ کے بندے امیرالمومنین عمر رضی اللہ عنہ کی طرف سے مصر کے دریائے نیل کے نام۔ امابعد! اگر تم اپنی مرضی سے چلتے ہو تو مت چلو اور اگر تمہیں اللہ واحد قہار چلاتے ہیں تو ہم اللہ واحد قہار سے سوال کرتے ہیں کہ وہ تجھے چلا دے" چنانچہ حضرت عمرو بن عاص رضی اللہ عنہ نے صلیب کے دن سے ایک دن پہلے یہ پرچہ دریائے نیل میں ڈالا۔ ادھر مصر والے مصر سے جانے کی تیاری کرچکے تھے کیونکہ ان کی ساری معیشت کا انحصار دریائے نیل پر تھا۔ صلیب کے دن صبح لوگوں نے دیکھا کہ دریائے نیل میں سولہ ہاتھ پانی چل رہا ہے اس طرح اللہ تعالیٰ نے مصر والوں کی اس بری رسم کو ختم کردیا۔

ماؤں کیلئے ذراسی احتیاط

ڈاکٹر شہناز فیصل آباد

چوسنی چوسنے سے بچے کے منہ میں زہریلا کیمیائی مادہ خارج ہوسکتا ہے۔دانت نکلنے کے زمانے میں مسوڑھوں کی بےچینی دور کرنے کیلئے پلاسٹک سے بنی ہوئی چیزیں بچے کو نہ دیں' کیونکہ جب بچہ انہیں چباتا ہے مضرصحت کیمیائی مادہ معدے میں جاسکتا ہے

قیام حمل سے لے کر عمر کے دو سال تک کا عرصہ بچے کی نشوونما کیلئے بڑی اہمیت رکھتا ہے۔ اس عرصے کے دوران کیمیائی مادوں' کیڑے مار دواؤں اور آلودگی پھیلانے والی دیگر اشیاء میں شامل زہریلے اجزا شکم مادر میں نیز پیدائش کے بعد کافی نقصان دہ اثرات بچے کی صحت پر مرتب کرتے ہیں۔ان اثرات کے باعث بچہ پیدائشی نقائص کےعلاوہ دمہ جیسی بیماریوں یہاں تک کہ سرطان کے مرض میں بھی مبتلا ہوسکتا ہے۔

بعض اشیاء بچوں کیلئے اپنے زہریلے اثرات کے باعث خطرناک ہیں اور جن سے بچوں کو محفوظ رکھنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ وہ اشیاء یہ ہیں:۔

اسپرین: بہت سی عام استعمال کی دواؤں میں اسپرین شامل ہوتی ہے جنہیں اگر حمل کی آخری سہ ماہی میں خواتین کھائیں تو وضع حمل کے وقت بچے کے جسم سے خون جاری ہو جاتا ہے اور اگر خواتین حمل کے پہلے نصف حصے میں یہ دوا استعمال کریں تو بچے کی کسر ذہانت (آئی کیو) پر منفی اثرات مرتب ہوسکتے ہیں' لہٰذا حمل کے دوران معالج کی ہدایت کے بغیر کوئی روزمرہ کی عام دوا بھی استعمال نہ کیجئے۔

دودھ کی بوتلیں: دودھ پلانے والی پلاسٹک کی بوتلوں میں کیمیائی اجزا بھی ہوتے ہیں جو بوتل کے اندر دودھ یا پانی وغیرہ میں شامل ہوسکتے ہیں۔شیشے کی بوتل میں یہ زہریلا مادہ نہیں ہوتا' لیکن ضروری ہے کہ یہ بوتل کوئی بڑا آدمی پکڑے رہے' کیونکہ بچے کے ہاتھ میں دینے سے اس کے ٹوٹنے اور بچے کے زخمی ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔ پلاسٹک یا ربر کے نپل کو پانچ منٹ تک پانی میں ابالیں تاکہ ان میں کیمیائی اشیاء کا اثر کم سے کم ہو جائے۔ پلاسٹک کی بوتل استعمال کریں تو موٹے پلاسٹک کی لیجئے اس میں دودھ یا دوسری رقیق اشیاء ایک گھنٹے سے زیادہ نہ رکھیے۔

قالین: قالینوں میں زہریلی کیمیائی اشیاء خاصی ہوتی ہیں۔ ایک امریکی رپورٹ کے مطابق ان زہریلے مادوں کی تعداد 604 تک بتائی گئی ہے۔ان میں سے بعض بچے کے اعصاب کو مستقل طور پر نقصان پہنچا سکتی ہیں اور بچے کے سیکھنے سمجھنے کی صلاحیت کو متاثر کرسکتی ہیں۔ نیز بچے کو متلی' دردسر اور تکان کا مریض بنا سکتی ہیں۔ قالین کی صفائی سے پہلے اگر اس پر کھانے کا سوڈا خوب چھڑکا جائے اور اسے قالین میں جذب ہونے دیا جائے تو بعض مضرصحت کیمیائی اشیا کا توڑ ہوسکتا ہے۔

چوسنی: چوسنی چوسنے سے بچے کے منہ میں زہریلا کیمیائی مادہ خارج ہوسکتا ہے۔ دانت نکلنے کے زمانے میں مسوڑھوں کی بےچینی دور کرنے کیلئے پلاسٹک سے بنی ہوئی چیزیں بچے کو نہ دیں' کیونکہ جب بچہ انہیں چباتا ہے مضرصحت کیمیائی مادہ معدے میں جاسکتا ہے۔ چوسنی کو پانی میں ابالتے رہنا چاہیے اور ہر ماہ اس سے بھی پہلے اسے بدل دینا چاہیے۔

ماں کا ذہنی دباؤ: اگر حاملہ خاتون فکرمند ہوں یا ذہنی دباؤ کا شکار ہوں تو رحم کی جانب خون کا دورانیہ ساٹھ فیصد تک کم ہو جاتا ہے۔ اس کے نتیجے میں پیٹ میں پرورش پانے والے بچے کو آکسیجن اور مقویات کی فراہمی میں کمی آجاتی ہے۔ ماں کے جسم میں بعض ہارمون کی سطح میں تبدیلی خصوصاً ایڈرینالن کے باعث بظاہر بچے کی دماغی نشوونما پر برے اثرات مرتب ہوتے ہیں لہٰذا حاملہ خواتین کو چاہیے کہ تفکرات سے دور رہنے کی ہرممکن کوشش کریں' لمبے لمبے سانس لیں اور دیگر سکون بخش طریقے آزمائیں۔

لباس: نائلون میں بعض ایسی کیمیائی اشیاء ہوتی ہیں جو بچے کی نشوونما کو متاثر کرسکتی ہیں۔ پولسٹر میں بھی یہی عیب ہے۔ سوت اور اون سے بنے ہوئے لباس میں کیمیائی کیڑے مار دواؤں کا کچھ اثر باقی رہ جاتا ہے۔ پولسٹر سے تو بچوں کو ہر طور بچانا چاہیے۔ سوتی کپڑے بھی وہ استعمال کیے جائیں جو بغیر مصنوعی کھاد اور دوا کے اگائی گئی کپاس سے بنے ہوں ورنہ کپڑوں کو کھانے کے سوڈے میں اچھی طرح دھویا جائے۔

گیس کے ہیٹر: گھر کو گیس کے ہیٹر سے گرم کیا جائے تو بینزین خارج ہوتی ہے جو سرطان پیدا کرنے والی ہے جو جانور حمل کے دوران سانس کے ساتھ بینزین اپنے جسم کے اندر لے گئے ان کے ہاں ایسے بچے پیدا ہوئے جن کا وزن پیدائش کے وقت کم تھا اور جن کی ہڈی کے گودے کو نقصان پہنچ چکا تھا۔ کاربن مونو آکسائیڈ بھی جو ہر طرح کے ایندھن کے جلنے سے خارج ہوتی ہے' نشوونما کیلئے نقصان دہ سمجھی جاتی ہے لہٰذا یہ ضروری ہے کہ جہاں ہیٹر جلے وہاں تازہ ہوا کے آنے جانے کا انتظام مناسب ہو۔

خضاب: بالوں کے کیمیائی رنگ اور خضاب کے بارے میں خیال ہے کہ ان کی وجہ سے چھاتی اور بیضہ دانی کے سرطان کا خطرہ بڑھ جاتا ہے لہٰذا جو عورتیں حاملہ ہوں' حاملہ ہونے کی خواہش مند ہوں یا ماں بننے کے بعد بچے کو اپنا دودھ پلا رہی ہوں انہیں چاہیے کہ بالوں کے حسن کیلئے مختلف خضاب اور دیگر کیمیائی اشیاء کے استعمال سے گریز کریں۔ ہاں وہ اشیاء استعمال کی جاسکتی ہیں جو بےضرر سمجھی جاتی ہیں مثلاً مہندی۔

کیڑے مار اسپرے: گھر میں مچھر' مکھی اور کیڑے مکوڑے مارنے والی دوائیں چھڑکنے سے بچوں کی صحت کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔ لہٰذا ایسے اسپرے استعمال کیے جائیں جو جڑی بوٹیوں سے تیار کیے گئے ہوں اور صابن وہ استعمال کیجئے جن میں خوشبو نہ ہو۔

چینی نمک: جاپانی اور چینی کھانوں میں مونو سوڈیم گلوٹامیٹ (اجینوموتو) نامی کیمیائی شے بہت استعمال ہوتی ہے جس کا مقصد ذائقے میں اضافہ کرنا ہے۔ یہ چیز زیادہ استعمال کی جائے تو ہیجان فعالیت اور اعصابی خلیوں کی تباہی کا باعث بنتی ہے۔حاملہ عورتوں کو اس سے پرہیز کرنا چاہیے۔

کیفین: چائے' کافی اور دیگر مشروبات میں شامل کیفین اعصابی نظام کی انگیزش کا باعث ہے۔ یہ دل کی دھڑکن' فشار خون اور استحالہ کی رفتار کو بڑھاتی ہے۔ یہ ایڈرینالن ہارمون کی سطح میں اضافہ کرتی ہے جس کی وجہ سے شکم مادر میں بچے کو آکسیجن اور مقویات کی فراہمی کم ہو جاتی ہے لہٰذا حاملہ خواتین کو چاہیے کہ وہ دن بھر میں دو پیالی سے زیادہ چائے' کافی یا کالا مشروب نہ پئیں۔

پلاسٹک کا فرنیچر اور کھلونے: پلاسٹک کے فرنیچر اور کھلونوں سے بھی بچوں کو بچانا چاہیے خصوصاً جہاں بچہ سوتا ہے وہاں قریب میں پلاسٹک کی چیزیں نہ رکھیں' کیونکہ ان سے اکثر ایسی بو اور بھبکے نکلتے ہیں جو سانس کے ساتھ جسم میں پہنچ کر صحت کو متاثر کرسکتے ہیں۔ پلاسٹک جتنا باریک ہوگا اتنی ہی اس سے بو اور کیمیائی مادے کا اخراج ہوگا۔

جو عورتیں حاملہ ہوں یا بچے کو دودھ پلا رہی ہوں انہیں دمہ کی دوا کے استعمال سے پرہیز کرنا چاہیے کیونکہ اسے بعض پیدائشی نقائص کا سبب بتایا جاتا ہے۔

گھریلو رنگ وغیرہ: بچوں کو سریش' پینٹ' وارنش اور ربڑ میں پائے جانے والی کیمیائی جزو ٹالکین سے بھی بچانا چاہیے۔

آیۃ الکرسی کی برکت سے چڑیل بھاگ گئی

ڈاکٹر صاحب نے مجھے محمود صاحب کے قریب کرسی پر بیٹھنے کیلئے کہا میں تو ڈرتا ڈرتا گھر سے ہی آیۃ الکرسی کا ورد کرتا گیا تھا۔ بیٹھ کر بھی آیۃ الکرسی ہی پڑھتا رہا کچھ دیر پڑھنے پر ڈاکٹر محمود اچانک چلائے کہ "وہ اٹھ گئی" اور پھر کہا کہ "چلی گئی"۔ میں ڈر کے بھاگ آیا

(ذوالفقار علی لیہ)

میں اپنے مکان کی چھت پر بچوں کے ساتھ سویا ہوا تھا نیچے میری بیٹی داماد تھے۔ رات کا کوئی وقت تھا کہ داماد (جو کہ بھتیجا بھی ہے) نے آ کے اٹھایا کہ چچا ابھی نیچے دروازے پر ڈاکٹر صاحب کھڑے ہیں۔ آپ کو بلا رہے ہیں میں فوراً اٹھ کر نیچے آیا تو ڈاکٹر صاحب جو کہ ہمارے بہت مہربان ہمسائے ہیں رات کے لباس میں کھڑے تھے کہنے لگے کہ محمود کو کوئی تنگ کر رہا ہے ہم نے اپنے جتن کر لیے ہیں آپ تیار ہو کر تشریف لائیں یہ ڈاکٹر محمود نوعمر شادی شدہ ڈاکٹر صاحب کے چھوٹے سالے ہیں۔ پہلے پکے نمازی تھے اب کئی دن سے نظر نہیں آ رہے تھے۔ میں اوپر آیا اور اہلیہ کو کہا کہ دیکھو جب حضرت موسیٰ علیہ السلام طور پر جاتے تھے تو ان کی والدہ محترمہ ان کیلئے دعا کرتی رہتی تھیں۔ اسی طرح جب ہم کسی مقدمے میں جاتے تو پہلے تمہاری دادی پھر ان کے بعد تمہاری امی مصلے پر رہتی تھیں۔ میں وضو کر کے دو نفل پڑھ کر جاتا ہوں پہلی دفعہ یہ مصیبت آ گئی ہے ہر وقت ڈاکٹر صاحب ہمارے کام آتے ہیں ان کا حسن ظن ہے۔ آپ بھی وضو کر کے مصلے پر آ جائیں۔

جب غور کیا تو جو جو اقعات سن رکھے تھے سب میں سرفہرست آیۃ الکرسی تھی۔ میں ڈاکٹر صاحب کے ہاں گیا تو پتہ چلا محمود صاحب اوپر ہیں۔ جب ہم اوپر گئے تو موصوف چارپائی کے بالکل ایک طرف چمٹے ہوئے تھے۔ ڈاکٹر صاحب نے مجھے محمود صاحب کے قریب کرسی پر بیٹھنے کیلئے کہا میں تو ڈرتا ڈرتا گھر سے ہی آیۃ الکرسی کا ورد کرتا گیا تھا۔ بیٹھ کر بھی آیۃ الکرسی ہی پڑھتا رہا کچھ دیر پڑھنے پر ڈاکٹر محمود اچانک چلائے کہ "وہ اٹھ گئی" اور پھر کہا کہ "چلی گئی"۔ میں ڈر کے بھاگ آیا۔

صبح کو میں نے پوچھا تو ڈاکٹر محمود نے بتایا کہ میری بیوی ماں باپ کی طرف گئی ہوئی ہے۔ وہ چیز مجھے اپنی طرف متوجہ کرتی تھی میں نے کہا میں شادی شدہ ہوں اس نے مجھے چارپائی کے ایک طرف کیا اور میرے ساتھ لیٹ گئی۔ خیر الحمدللہ آیۃ الکرسی کی برکت سے وہ چلی گئی اور دوبارہ پھر نہیں آئی۔ اللہ تعالیٰ ہمیں اپنے کلام سے محبت عطا کرے۔

قرآن پاک کے ساتھ ہمارا تعلق

(حافظ محمد طیب' منڈی چھاتیاں)

اس کائنات میں رہتے ہوئے جس طرح ہمارا ایک دوسرے کے ساتھ ایک تعلق ہے ایک ناطہ ہے بالکل اسی طرح قرآن پاک کے ساتھ ہم سب مسلمانوں کا گہرا تعلق ہے اسی تعلق کی بنا پر ہم سب مسلمانوں پر درج ذیل فرائض عائد ہوتے ہیں۔

ایمان لانا: ایمان لانے سے مراد اللہ تعالیٰ کی طرف سے نازل کردہ اس کلام پاک میں بیان ہونے والے احکامات خداوندی کو تسلیم کرنا ہے۔ اس سلسلے میں کسی قسم کا دکھاوا یا ریاکاری شامل حال نہیں ہونی چاہیے۔ اس لیے یہ ضروری ہے کہ زبان کے ساتھ ساتھ دل بھی اس بات کی ٹھوس گواہی دے کہ ہاں یہ واقعی اللہ تبارک وتعالیٰ کی طرف سے نازل کردہ کلام حق ہے اس میں کسی قسم کی شک وشبہ کی گنجائش نہیں ہونی چاہیے۔

تلاوت قرآن پاک: اگر ایک شخص روزانہ اخبار پڑھتا ہے تو ہم کہتے ہیں کہ یہ شخص فلاں اخبار کا قاری ہے فلاں رسالہ کا قاری ہے لیکن جب لفظ "تلاوت" آ گیا تو بات ذہن میں فوراً آ جاتی ہے کہ تلاوت سے مراد "قرآن پاک" کی تلاوت ہے۔ اس لیے لفظ تلاوت قرآن مجید کیلئے خاص ہے کیونکہ اس کے معنی ہیں کسی چیز کو بار بار پڑھنا کے ہیں۔

قرآن پاک کو سمجھنا: نبی کریم ﷺ نے فرمایا: "تم میں سے بہترین شخص وہ ہے جو قرآن سیکھتا ہے اور دوسروں کو سکھاتا ہے۔" قرآن مجید ایک ایسا نسخہ کیمیا ہے جو اپنے اندر ہمارے تمام مسائل کا حل سموئے ہوئے ہے ضرورت اس امر کی ہے کہ ہم قرآن مجید کے ایک ایک حرف' ایک ایک لفظ کو سوچ سمجھ کر پڑھیں تو پھر ہماری تمام پریشانیاں یقیناً حل ہو جائیں گی۔

قرآنی تعلیمات کو عام کرنا: نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: مجھ سے ایک آیت بھی سنو تو وہ بھی آگے پہنچا دو' "خطبہ حجۃ الوداع" کے موقع پر آپ ﷺ نے اپنے تمام صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین سے پوچھا "اے میرے صحابہ! کیا میں نے تم تک اسلام کی تمام تعلیمات پہنچا دیں؟ اس پر تمام صحابہ کرامؓ نے یک زبان ہو کر فرمایا اے اللہ کے (باقی صفحہ نمبر 35 پر)

اسلام اور رواداری

پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

59

(ابن وہب بھکاری)

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ قساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت عثمان رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی رواداری

حضرت عمرؓ کے زمانہ میں غیر مسلموں کے ساتھ جتنے معاہدے ہوئے تھے سب حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے عہد میں برقرار رہے اور جو نئے علاقے فتح ہوتے گئے وہاں بھی وہی روادارانہ اسپرٹ باقی رہی جس کی تعلیم رسول اللہ ﷺ نے دی تھی وہ تو اپنے ہر چھوٹے بڑے عمل میں اپنے محبوب آقا کی اتباع کرتے رہے' ان کا عہد بعض اسباب کی بنا پر آشوب رہا پھر بھی اسلام کے لشکریوں کی جانبازی سے طرابلس' الجزائر' قبرص' طبرستان' آرمینیہ وغیرہ کے علاقے فتح ہوئے' ان کے زمانہ میں بغاوتیں بھی بہت ہوتی رہیں ان کی طبیعت میں نرمی اور مروت بہت تھی مگر ان بغاوتوں کو عدم تشدد اور تلطف کی حکمت عملی سے فرو کرتے رہے' مفتوحہ ممالک کی خوشحالی اور بدحالی سے باخبر رہنے کیلئے جلیل القدر صحابیوں کے وفود وہاں بھیجا کرتے۔ جمعہ کے دن منبر پر پہنچ کر اطراف ملک کی خبریں پوچھتے اور عام اعلان کر رکھا تھا کہ جس کسی کو کسی والی سے شکایت ہو وہ حج کے موقع پر آ کر بیان کرے۔ اس موقع پر تمام عمال کو بھی لازمی طور پر طلب کر لیتے تا کہ شکایتوں کی تحقیقات آسانی سے ہو سکے۔

ان کے زمانہ میں نجران کے عیسائیوں کے ساتھ مسلمانوں نے کچھ زیادتیاں کیں تو انہوں نے حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کی خدمت میں حاضر ہو کر اس کی شکایت کی اس وقت وہاں کے حاکم ولید بن عتبہ رضی اللہ عنہ تھے۔ حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے ان کو لکھ بھیجا کہ عراق میں نجران کے جو باشندے ہیں ان کے اسقف' عاقب اور سردار نے میرے پاس آ کر شکایت کی ہے اور مجھے وہ شرط دکھائی ہے جو حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کے ساتھ طے کی تھی مجھے معلوم ہوا کہ مسلمانوں سے ان لوگوں کو کیا نقصانات پہنچے ہیں۔ میں نے ان کے جزیہ میں سے تیس جوڑوں کی تخفیف کر دی۔ انہیں میں نے اللہ جل شانہٗ کی راہ میں بخش دیا ہے اور میں نے ان کو وہ ساری زمین دیدی جو عمر رضی اللہ عنہ نے ان کیساتھ طے کی تھی۔

تھکاوٹ سے نجات پایئے

نور اکبر قاضی

جذباتی مسائل اور ذہنی الجھنیں بالخصوص اضطراب اور ڈیپریشن طویل تھکاوٹ اور ماندگی کا سبب بنتے ہیں۔ یہ طویل تھکاوٹ ایک ایسے دفاعی میکنزم کی نمائندگی کرتی ہے جو آپ کو اپنے ڈیپریشن کی حقیقی وجہ جاننے سے روکتا ہے

آج کل ہر کوئی شدید تھکاوٹ اور کسلمندی کی شکایت کرتا نظر آتا ہے۔ یہ شکایت کرنے والے لوگوں کی تعداد اس زمانے کے لوگوں سے کئی گنا زیادہ ہے جب جدید سائنسی ایجادات وجود میں نہ آئی تھیں اور لوگ ہر کام اپنے ہاتھ سے کرتے تھے۔ آج کل ہم ایسے جملے روزانہ کئی کئی مرتبہ سننے کے عادی ہو چکے ہیں۔ "دفتر کا کام ختم کرنے کے بعد میں اتنا تھک جاتا ہوں کہ اپنے آپ کو نیم مردہ سا محسوس کرنے لگتا ہوں" یا "دفتر سے واپسی پر میں اتنا تھک جاتی ہوں کہ مجھ میں گھریلو کام کاج کرنے کی سکت نہیں ہوتی" یا "میں چاہے کتنی دیر تک سوتا رہوں' اٹھتا ہوں تو اپنے آپ کو پہلے سے زیادہ تھکا ہوا اور نڈھال محسوس کرتا ہوں"۔

سوال پیدا ہوتا ہے کہ آج کل کے جدید سائنسی زمانے میں جبکہ انسانوں کو محنت و مشقت سے بچانے اور انہیں آرام و سہولت مہیا کرنے کیلئے نت نئی ایجادات وجود میں آچکی ہیں' لوگ تھکاوٹ اور زندگی کی ایسی شکایات کیوں کرتے ہیں؟؟؟

تھکاوٹ کی تین بڑی قسمیں ہیں:۔

1۔ جسمانی: یہ شدید محنت و مشقت اور توانائیوں کے ضیاع کے نتیجے میں پیدا ہوتی ہے۔ ایسی صورت میں کاربن ڈائی آکسائیڈ اور لیکٹک ایسڈ خون میں جمع ہوجاتے ہیں اور توانائی چوس لیتے ہیں۔ اس قسم کی تھکاوٹ میں ایک سم کی خوشگوار راحت ہوتی ہے ایسی خوشگوار قسم کی تھکاوٹ ہمیں بالعموم ٹینس اور اسی قسم کے کھیل کھیلنے کے بعد محسوس ہوتی ہے۔ اس قسم کی تھکاوٹ کا علاج سادہ اور آسان ہے۔ آپ مکمل آرام کیجئے۔ اپنے اعصاب کو ستانے اور انہیں توانائیاں مجتمع کرنے کا موقع فراہم کیجئے۔

مرضیاتی: یہاں تھکاوٹ جسمانی نظام میں کسی خلل کی نشاندہی کرتی ہے اور کسی رنجیدہ نوعیت کی بیماری مثلاً سرطان یا ذیابیطس کے خطرے کی طرف سے خبردار کرتی ہے۔ اس قسم کی تھکاوٹ کی حقیقی وجوہ کی علامات بالعموم موجود ہوتی ہیں۔ اگر کوئی شخص اپنی توانائیوں کو مسلسل ضائع ہوتا ہوا محسوس کرے تو اسے بلاتاخیر اپنا مکمل میڈیکل چیک اپ کروالینا چاہیے۔

نفسیاتی: جذباتی مسائل اور ذہنی الجھنیں بالخصوص اضطراب اور ڈیپریشن طویل تھکاوٹ اور ماندگی کا سبب بنتے ہیں۔ یہ طویل تھکاوٹ ایک ایسے دفاعی میکنزم کی نمائندگی کرتی ہے جو آپ کو اپنے ڈیپریشن کی حقیقی وجہ جاننے سے روکتا ہے۔ یہ آپ کی کچلی ہوئی نا آسودہ خواہشات' جذباتی کشمکش اور ذہنی ہیجانات کیلئے ایک تیفٹی والو بھی ہے جب آپ کے خیالات و احساسات کو زبان کے ذریعے اخراج اظہار کی راہ نہیں ملتی تو جسمانی طور پر وہ مختلف صورتوں میں ظاہر ہونا شروع ہوجاتے ہیں۔ ایسی ہی صورتوں میں ایک شدید تھکاوٹ اور پژمردگی ہے۔ بہت سے لوگ جو شدید طور پر تھکن کا شکار ہوتے ہیں نہیں جانتے کہ وہ درحقیقت ڈیپریشن کا شکار ہیں۔ وہ اپنی ذہنی الجھنوں میں کچھ ایسے گرفتار ہوتے ہیں اور تھکاوٹ کی طرف سے اتنے پریشان ہوتے ہیں کہ وہ اپنے ڈیپریشن کو نہیں پہچان سکتے۔ ایسی ہی ایک حالت تھکی ہوئی گھریلو بیویوں کا مسئلہ ہے۔ اس کا شکار بالعموم وہ نوعمر مائیں ہوتی ہیں جو ہر دم گھریلو کاموں اور بچوں کی نگہداشت میں لگی رہتی ہیں جن کی زندگیاں ایک لگے بندھے معمول کے مطابق گزرتی ہیں۔ انہیں سیر و تفریح کے مواقع بھی میسر نہیں ہوتے۔ ایسی بیویاں اپنی بے کیف و بے رنگ زندگیوں سے شدید بیزاری اور تلخی محسوس کرتی ہیں اور زندگی انہیں اور بھی مشکل اور بیزار کن دکھائی دینے لگتی ہے۔

شدید جسمانی تھکاوٹ کی ایک وجہ ناکافی اور بے سکون نیند بھی ہے جس کی بڑی وجہ نفسیاتی مسائل ہوا کرتے ہیں۔ نفسیاتی طور پر الجھے ہوئے لوگ یا تو بے خوابی کے مریض ہوتے ہیں یا ان کی تمام رات وقفوں وقفوں سے سوتے' کروٹیں بدلتے' پریشان کن خواب دیکھتے گزرتی ہے۔ پھر جب وہ صبح بیدار ہوتے ہیں تو وہ بے حد تھکے ہوئے اور خستہ حال ہوتے ہیں۔

نفسیاتی مسائل کو اگر سمجھ لیا جائے اور انہیں بطریق احسن سلجھا لیا جائے تو تھکاوٹ اور پژمردگی کا از خود علاج ہوتا ہے۔ ملازمت اور ازدواجی زندگی کی الجھنیں طویل تھکاوٹ اور ذہنی اضمحلال کا سبب بنتی ہیں اور ان کا علاج سراسر نفسیاتی ہے۔ تھکاوٹ اور پژمردگی کے علاج کیلئے آپ کو مندرجہ ذیل باتوں کی طرف توجہ دینی چاہیے۔

خوراک: اگر آپ صبح عجلت میں الٹا سیدھا ناشتہ کرتے ہیں یا ناشتہ کیے بغیر کام پر چلے جاتے ہیں تو آپ "وسط صبح کی تھکاوٹ" میں مبتلا ہوجائیں گے۔ آپ کی بلڈ شوگر میں کمی واقع ہوجائے گی اور آپ کے ذہن و جسم کو جس توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اس میں بھی کمی واقع ہوجائے گی۔ آپ کے کھانے کے اوقات متعین ہونے چاہئیں اور ان اوقات میں آپ متوازن غذا کھائیں۔ زیادہ وزن جسمانی اور نفسیاتی طور پر تھکاوٹ کا سبب بنتا ہے۔ اگر آپ اپنا فالتو وزن گھٹا لیتے ہیں تو اس سے آپ کی جسمانی و ذہنی صحت پر خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔

ورزش: یہ توانائی کی افزائش کرتی ہے۔ باقاعدہ جاگنگ' سائیکل چلانے' پیراکی اور پیدل چلنے سے آپ کی طبیعت میں بشاشت اور تروتازگی پیدا ہوتی ہے اور آپ کے اندر توانائی کی افزائش ہوکر کام کرنے کی استعداد بڑھ جاتی ہے۔

نیند: اگر آپ اس لیے اپنے آپ کو شدید تھکاوٹ زدہ اور نڈھال محسوس کررہے ہیں کہ آپ کو رات پرسکون نیند میسر نہیں آتی تو اس کا علاج بالکل آسان ہے آپ رات جلدی سونے کیلئے لیٹ جایئے۔ بے خوابی اور نیند کی کمی کا علاج خواب آور ادویات اور دیگر مسکن دواؤں سے نہیں کیا جاسکتا۔ یہ چیزیں نیند کے مسئلے کو اور بھی گھمبیر بنادیا کرتی ہیں۔

نظم و ترتیب: آپ اپنے روزمرہ کے کاموں کا ایک مکمل ٹائم ٹیبل بنالیجئے اور اس کے مطابق ان سے نمٹنے کی کوشش کیجئے ہر کام ترتیب اور نظم کے ساتھ کیجئے اور اسے وقت مقررہ پر نمٹانے کی کوشش کیجئے۔ اپنی توانائی اور استعداد کے مطابق ہر کام کو اس کے وقت پر ختم کرنے کی کوشش کیجئے۔

بواسیر کے مسوں کیلئے

50 گرام غیر مدبر کچلہ لے کر ایک پاؤ روغن ارنڈی میں جلالیں۔ پھر تیل چھان لیں رات کو مسوں پر چند دن لگائیں تمام خشک ہوجائیں گے۔ اور مخلوق کو طلاء کردیں تندرست ہوجائے گا۔

اکسیر معدہ

املی' آلو بخارا' انار دانہ ہر ایک پچاس گرام ایک کلو پانی میں بھگو دیں صبح مل چھان کر شربت بنالیں کھانا کھانے کے بعد دو چمچ لیں۔ بہت ہی مجرب اور اکسیر ہے۔

(محمد یونس قادری' ٹنڈو آدم سندھ)

گرمی کا موسم اور احتیاطی تدابیر

ڈاکٹر شیخ محمد اقبال

دیر تک دھوپ میں رہنے سے بعض اوقات آدمی گرمی سے شدید متاثر ہو جاتا ہے جس سے تپش ، اینٹھن یا تشنج کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس عارضہ میں عموماً پیٹ اور مختلف اعضاء کے اعصاب میں ایک "تکلیف دہ تشنجی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے

ماہ مئی کی شروعات ہیں گرمی اپنے جوبن پر آنے والی ہے۔ گرم موسم اور آب و ہوا میں پسینہ تیزی سے خارج ہوتا ہے۔ سخت ترین گرم موسم میں جسمانی محنت و مشقت اور ورزش کے دوران جب پانی زیادہ مقدار میں پیا جائے تو پسینہ کی یہ مقدار بڑھ بھی جاتی ہے۔ یہ دیکھا گیا ہے کہ ابتداء میں پسینے کے ذریعے جسم سے نمکیات ضائع ہونے کی رفتار قدرے تیز ہوتی ہے لیکن ایک ماہ بعد آب ہوا سے موافقت ہو جانے پر نمکیات کے ضیاع کی رفتار یومیہ بہت کم رہ جاتی ہے۔ گرمی کے باعث ممکنہ اثرات کو حسب ذیل مختلف عنوانات کے تحت بیان کیا جاتا ہے۔

تپش یا گرمی کے باعث تشنج

دیر تک دھوپ میں رہنے سے بعض اوقات آدمی گرمی سے شدید متاثر ہو جاتا ہے جس سے تپش ، اینٹھن یا تشنج کی علامات پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس عارضہ میں عموماً پیٹ اور مختلف اعضاء کے اعصاب میں ایک "تکلیف دہ تشنجی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جس سے غیر ارادی کھچاؤ پیدا ہونے لگتا ہے" تکلیف دہ حالت عموماً عارضی ہوتی ہے جو مناسب ابتدائی طبی امداد سے رفع ہو جاتی ہے۔ ایسی حالت میں بلڈ پریشر چیک کرنے کے بعد صاف ابلے ہوئے ایک گلاس پانی کو ٹھنڈا کر کے اس میں ایک گرام نمک طعام ملا کر ہر نصف گھنٹہ بعد پلانا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈی جگہ آرام دہ حالت میں رکھیں اور اس کے ہاتھ پاؤں کی ہلکی مالش جاری رکھیں مریض کو ہدایت کی جائے کہ وہ آرام کرے اور دھوپ میں نہ نکلے۔

تمازت آفتاب سے دردسر

شدید گرمی یا حبس میں بعض اوقات سر درد ہونے لگتا ہے۔ تمازت آفتاب سے لاحق ہونے والا دردسر شدید اور چبھن دار ہوتا ہے اس میں مریض بے چینی و بے قراری محسوس کرتا ہے۔ ایسی حالت میں نمک ملے پانی کا استعمال کرانا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈی اور تاریک جگہ رکھیں تا کہ اسے سکون حاصل ہو۔

گرمی کے باعث نڈھال ہونا

زیادہ دیر سخت دھوپ میں گھومنے پھرنے سے کئی لوگ نڈھال ہو جاتے ہیں۔ ایسی کیفیت میں مریض کی جلد زرد، ٹھنڈی اور نمدار ہو جاتی ہے۔ اہم علامات میں اضطرار ذہنی پریشانی ، کمزوری ، سستی ، سر چکرانا ، مدہوشی اور مختلف اعضاء کا تشنج اکثر اوقات شامل ہے۔ گرمی سے نڈھال مریض کو ٹھنڈی جگہ افقی حالت میں لٹائیں اور سر اونچا رکھنا چاہیے کہ وہ سکون محسوس کرے۔ گھٹنے سے ٹخنے تک ٹانگوں کی ہلکی ہلکی مالش کرنی چاہیے۔ مریض کو وقفہ وقفہ سے نمک ملا پانی پلانا چاہیے۔

سن سٹروک

یہ عارضہ شدت کی دھوپ یا گرمی کے باعث لاحق ہوتا ہے۔ لولگنا جسم کے تپش کی باقاعدگی کے میکانکی نظام میں خلل کے باعث وقوع پذیر ہوتا ہے گرمی کا یہ دھکا بعض اوقات انتہائی خطرناک اور گھمبیر ثابت ہوتا ہے۔ لہٰذا ضروری ہے کہ علامات اچانک ظاہر ہوتی ہے جونہی جسم کا درجہ حرارت ڈرامائی انداز میں بڑھ جاتا ہے تو مریض فوراً نڈھال ہو جاتا ہے جلد گرم ، سرخ اور عموماً خشک ہو جاتی ہے۔ جسم کا بڑھتا ہوا درجہ حرارت اعضائے رئیسہ کیلئے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ مریض کے کپڑے اتار کر کسی ٹھنڈی جگہ افقی حالت میں لٹایا جائے۔ کمرہ ہوادار ہو تو زیادہ بہتر ہے۔ مریض کو چت لٹا کر اس کی ٹھوڑی کو اونچا کر دینا چاہیے۔ مریض کو ٹھنڈک آہستہ آہستہ پہنچانی چاہیے۔ اس مقصد کیلئے بڑی احتیاط کے ساتھ ساری جلد کو پانی یا سپرٹ کے ساتھ گیلا کر کے تیز پنکھا لگایا جائے۔ لولگنا ایک جان لیوا اور مہلک عارضہ ہے جس میں بعض اوقات بے ہوشی طاری ہو جاتی ہے۔ اس حالت میں نمک ملا پانی منہ کے راستے اس وقت تک استعمال نہ کیا جائے جب تک مریض ہوش میں نہ آ جائے۔ ورنہ پانی پھیپھڑوں کی نالی میں جانے کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

چند احتیاطی تدابیر

گرم موسم میں حسب ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کرنی چاہئیں

☆ زیادہ دیر دھوپ میں پھرنے سے پرہیز کریں۔

☆ مناسب سوتی لباس زیب تن کیا جائے۔ گرمیوں میں سفید رنگ موزوں ہوتا ہے۔ سر اور گردن کو ڈھانپ کر رکھا جائے لو کے موسم میں باریک کپڑے نہ پہنے جائیں۔

☆ گرم موسم میں کافی مقدار میں پانی اور نمک کا استعمال کرنا چاہیے۔

☆ کسی دوسری جگہ نقل مکانی کی صورت میں آب و ہوا سے موافقت پیدا کرنے کا دورانیہ آہستہ آہستہ بڑھایا جائے۔

☆ سگریٹ ، چائے ، کافی اور الکوحل کا استعمال ترک کر دیا جائے۔

☆ دھوپ میں رنگ دار عینک ، سر پر کپڑا یا چھتری استعمال میں لائی جائے۔

☆ بچوں کو ننگے پاؤں باہر نہ جانے دیا جائے۔

☆ تمازت آفتاب کے اثرات سب سے زیادہ رخسار محسوس کرتے ہیں۔ لہٰذا سائیکل یا موٹر سائیکل پر سفر کرتے ہوئے رومال سے چہرے اور سر کو لپیٹ لیا جائے یہ لو سے بچنے کا ذریعہ ضرور ہے تاہم لو لگنے کے نقصانات بہرحال زیادہ ہیں۔

☆ گوشت ، چکنائی اور گرم سبزیوں کا استعمال کم سے کم کیا جائے۔

☆ تربوز ، آلو بخارا اور فالسے جیسے پھل اور سردائی ، لسی ، ستو اور مشروبات کا استعمال باقاعدگی سے کیا جائے۔

☆ شربت بادام ، شربت بزوری ، شربت آلو بخارا ، شربت مفرح ، شربت فالسہ اور شربت انار ان تمام عوارضات میں مفید ہیں۔

چند سو فیصد مجرب نسخے

ایک بچہ پاخانہ کرتے وقت کانچ (پیٹی) رکھم نکالتا تھا پہلی خوراک سے ہی ٹھیک ہو گیا جس کا علاج ڈاکٹر نہیں کر سکتے تھے۔ ایک شخص میرے پاس آیا کہنے لگا تمام ڈاکٹرز ہار گئے ہیں میری بچی کی عمر 4 سال ایک ماہ ہے خونی پیچش آ رہے ہیں رکنے کا نام نہیں لیتے۔

ایک مریض جو کہ تیس سال کا تھا کہنے لگا دھات اور بار بار پاخانہ جو کر تھوڑا آتا ہے ان سب کو میں نے (بیدانہ) یعنی بہی کا مربا استعمال کرنے کیلئے کہا سب تندرست ہو گئے۔ 4 ماہ کی بچی کے دانت نہیں تھے اس کیلئے چار چمچ پانی اور ایک چمچ خیرہ بیدانہ ملا کر تھوڑے تھوڑے وقفہ کے بعد آدھا چمچ پلانے سے فوراً دست رک گئے۔

ایک نسخہ میں نے خونی بواسیر والی عورت کو بتایا کہ جامن کی گٹھلی پیس کر صبح نہار منہ ایک چمچ ڈی پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ وہ عورت بالکل ٹھیک ہو گئی۔

(عبدالمجید بھٹی بورے والا)

جمادی الاخریٰ کے انوارات

جمادی الثانی کی پہلی شب کو بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے ادا کرے اس کے علاوہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں تیرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ قرب الٰہی نصیب ہوگا۔

اسلامی سال کے چھٹے مہینہ کا نام جمادی الاخریٰ ہے۔ جمادی الثانی کی 22 تاریخ 13 ھ کو سہ شنبہ کے دن حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ خلیفہ منتخب ہوئے۔ اس ماہ کی بائیس تاریخ 13 ہجری کو حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کا وصال ہوا۔ یہ بہت بابرکت مہینہ ہے۔ اس مہینہ میں وظائف و نوافل پڑھنے کا بیان اس طرح سے ہے۔

جائز حاجات پوری ہوں گی

پہلی شب: اس ماہ کی پہلی شب نماز مغرب کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے، ایک مرتبہ معوذتین پڑھے اور سجدے میں جا کر تین مرتبہ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ کہہ کر نہایت توجہ و یکسوئی سے بارگاہ الٰہی میں دعا مانگے، انشاء اللہ تعالیٰ جو بھی جائز حاجت ہوگی وہ پوری ہوگی۔ اس کے علاوہ پہلی رات کو نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز پڑھے اور جو جتنا بھی قرآن پاک پڑھ سکتا ہو پڑھے۔ نماز وغیرہ سے فارغ ہو کر بکثرت استغفار اور درود پاک پڑھے۔

ہر حاجت اور ہر طلب کیلئے

کسی قسم کی مالی پریشانی ہو یا گھریلو پریشانی ہو یا کوئی رکاوٹیں ہوں تو درج ذیل آیت کا کثرت سے ورد کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی ہر جائز حاجت کو پورا فرمائیں گے۔

اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ اللّٰہُ یَارَحْمٰنُ

اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ اللّٰہُ یَارَحِیْمُ

مصیبت کو ٹالنے کیلئے

درج ذیل آیت کو اٹھتے بیٹھتے نہایت توجہ اور یقین کے ساتھ پڑھیں اللہ تعالیٰ آپ کی تمام مصیبتوں کو ٹال دیں گے۔

فَاِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا ٥ اِنَّ مَعَ الْعُسْرِ یُسْرًا ٥

(پارہ 30 سورۂ الم نشرح' آیت نمبر 6,5)

گھر کاروبار کی خیر و برکت کیلئے

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ 786 بار پڑھ کر ہاتھوں پر پھونک ماریں' پانی پر بھی تین بار پھونک ماریں جس گھر میں رہتے ہیں اس کی خیر و برکت کیلئے تین پھونکیں ماریں اور کاروبار کیلئے دکان یا کارخانہ یا ملازمت والی جگہ کی طرف تین پھونکیں ماریں۔ دم کیے ہوئے پانی سے تھوڑا پانی لیں گھر کی چھت پر چاروں کونوں میں پانی ڈالیں آسمانی بلائیں دور ہو جائیں گی۔ گھر کی دیواروں پر دم کیا ہوا پانی چھڑکیں گھر کے اندر تعویذ دھاگہ نحوست کالا جادو ختم ہو جائے گا۔ انشاء اللہ باقی پانی پینے کیلئے ہے اس سے جسمانی شفاء اور روحانی علاج ہو جائے گا۔ یہ عمل انتہائی یقین کے ساتھ چند ماہ مستقل کریں' تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔

تقرب الٰہی کیلئے

نوافل: جمادی الثانی کی پہلی شب کو عبادت کے ضمن میں بزرگان دین نے یہ بھی بتایا ہے کہ بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے ادا کرے اس کے علاوہ نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں تیرہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ قرب الٰہی نصیب ہوگا۔

مفلسی اور تنگدستی سے نجات کیلئے

دسویں شب: اس ماہ کی دسویں شب کو بارہ رکعت نفل نماز اس طرح سے دو دو رکعت کر کے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ قریش پڑھے اور نماز سے فراغت کے بعد ایک مرتبہ سورۂ یوسف تلاوت کرے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی مفلسی اور تنگدستی دور ہو جائے گی۔ سارا سال آفات و بلیات سے محفوظ رہے گا تنگی و عسرت نہ آئے گی۔

ثواب عظیم کیلئے

اکیسویں شب: جمادی الثانی کی اکیسویں رات سے اس ماہ کی آخری شب تک روزانہ بلاناغہ نماز عشاء کے بعد بیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بہت ثواب حاصل ہوگا۔

معزز و محترم ہونے کیلئے

انتیسویں شب: اس ماہ کی انتیسویں شب کو نماز مغرب کے بعد چار رکعت نفل نماز پڑھے اور سلام کے بعد بکثرت یَا مُتَعَالُ پڑھتی ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ چشم خلائق میں معزز و محترم ہو جائے گا۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں باجماعت نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 13 مئی بروز جمعہ 11 سے 12 بجکر 21 منٹ تک' 22 مئی بروز اتوار 3 بجکر 36 منٹ سے لیکر 4 بجکر 50 منٹ تک' 26 مئی بروز جمعرات مغرب سے عشاء تک سورۂ کوثر مع تسمیہ پڑھیں۔ یہ ذکر بھکاری بن کر خلوص دل اور دل توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی ہلکی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ 2- خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے بیٹی کی شادی کیلئے مناسب رشتے کی تلاش تھی۔ ہم چاہتے تھے کہ نیک شریف لوگ ملیں۔ میں نے باقاعدگی سے روحانی محفل کا اہتمام کرنا شروع کر دیا۔ ابھی روحانی محفل کرتے ہوئے مجھے دو ماہ ہی گزرے تھے کہ بہت ہی مناسب رشتہ طے ہو گیا۔ لڑکے کے ماں باپ بہت ہی نیک شریف نمازی یہاں تک کہ لڑکا بھی پانچ وقت کا نمازی ہے اور میرے اپنے ہی رشتہ داروں میں سے ہیں جو کہ ہمارے تصور میں بھی نہیں تھا جس جگہ رشتہ ہوا۔ آندھی اور طوفان کی طرح ایک ہی مہینے بعد شادی بھی ہو گئی۔ **(بیگم مدثر، اسلام آباد)**

سلطان اولیاءؒ کے مشہور وظائف

اگر کسی کو جریان کا مرض ہو اور اس کی وجہ سے اس کے کپڑے ناپاک ہو جاتے ہوں تو ایسی حالت میں مندرجہ ذیل کلمات باوضو پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کریں اور نہار منہ بعد نماز فجر مریض کو وہ پانی پلا دیا کریں۔ چند دن کے علاج سے مریض صحت یاب ہو جائیگا

تبادلہ کرانے کا عمل

اگر کوئی شخص کسی دوسری جگہ تبادلہ ہو کر چلا گیا ہے اور واپس اپنی پرانی جگہ آنا چاہتا ہے یا کوئی ایک شعبہ سے دوسرے شعبہ میں تبادلہ کرانا چاہتا ہے لیکن رکاوٹ ہو رہی ہے تو اس کیلئے عشاء کی نماز کے بعد باوضو اکتالیس مرتبہ آیۃ الکرسی پڑھا کرے۔ یہ عمل چالیس دن کرے اور عمل کے بعد دعا کرے۔ اگر درمیان میں ناغہ ہو جائے تو دوسرے دن دوگنا پڑھ لے یعنی بیاسی بار پڑھ لے۔ ناغہ نہ کرے تو بہتر ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ حسب پسند تبادلہ ہو جائے گا۔

پیشاب رک رک کر آنا

بعض مرتبہ غدود کے ورم کی وجہ سے یا پتھری کے سبب پیشاب رک رک کر قطرہ قطرہ آتا ہے۔ اس کے جاری کرنے کیلئے صبح بعد نماز فجر اور بعد نماز مغرب گیارہ بار یہ کلمات باوضو پڑھ کر اپنے پیٹ پر پھونک مارے۔ یہ عمل بیماری ختم ہونے تک جاری رکھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد صحت حاصل ہوگی۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ الْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم۔

بچھو کے کاٹے کا علاج

اگر کسی کو بچھو کاٹ لے اور وہ تڑپ رہا ہو تو اس کیلئے مندرجہ ذیل کلمات پڑھ کر جھاڑ دے۔ جھاڑنے کا طریقہ یہ ہے کہ یا تو ہاتھ کے اشارے سے یا کسی درخت کی ٹہنی سے جس میں پتے ہوں مریض کے بدن کے اوپر سے نیچے کی طرف اشارہ کرتا جائے اور یہ کلمات پڑھتا جائے۔ مریض کے جسم سے درد جہاں پر اترے مریض اس جگہ کو پکڑ لے۔ اسی طرح زہر کا اثر ختم ہو جائے گا اور انشاء اللہ تعالیٰ مریض صحیح ہو جائیگا۔

وہ کلمات یہ ہیں: خَجَّۃٌ قَرْنِیَّۃٌ مِلْحَۃُ بَحْرٍ قَطًا۔

درد کے خاتمہ کیلئے

جسم کے جس حصے میں بھی درد ہو اس جگہ ہاتھ رکھ کر تین بار باوضو یہ آیات پڑھ کر دم کرے۔ اسی طرح تین مرتبہ پڑھ کر تین مرتبہ دم کرے انشاء اللہ تعالیٰ درد موقوف ہوگا۔

وہ آیات یہ ہیں:۔

وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰہُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ط وَمَآ اَرْسَلْنٰکَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّنَذِیْرًا o (بنی اسرائیل' 105)

بڑھاپے میں کم سنائی دینا

اگر کسی آدمی کی سننے کی طاقت کم ہو گئی ہو اور اسے کم سنائی دیتا ہو تو عشاء کی نماز کے بعد اکتالیس بار مندرجہ ذیل آیت باوضو پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تین مرتبہ ہاتھ اپنے چہرے پر اور کانوں پر پھیر لے۔ اکتالیس روز بلا ناغہ عمل کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ کان کی قوت سماعت بحال ہو جائے گی۔

وہ آیت یہ ہے:۔ فَقَضٰھُنَّ سَبْعَ سَمٰوٰتٍ فِیْ یَوْمَیْنِ وَاَوْحٰی فِیْ کُلِّ سَمَآءٍ اَمْرَھَا ط (حٰم سجدہ' 12)

بغل میں گلٹیاں

اگر کسی کی بغل میں گلٹیاں (پھوڑے) نکلتی ہوں اور ایک ختم ہوئی اور دوسری نکل آئی دوسری ختم ہوئی اور تیسری نکل آئی اسی طرح سلسلہ چلتا رہتا ہے تو اس کے خاتمہ کیلئے ان کلمات کو بعد نماز فجر سورج نکلنے سے پہلے اور شام کو سورج غروب ہونے کے بعد ایک سو بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کرے۔ اس عمل کے اول اور آخر میں درود شریف پڑھنا ضروری ہے۔ جب تک پوری طرح مرض ختم نہ ہو اس عمل کو جاری رکھیں۔ وہ کلمات یہ ہیں۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ الٓرٰ تِلْکَ اٰیٰتُ الْکِتٰبِ الْمُبِیْنِ o اَلرَّحِیْمُ. اَلرَّحِیْمُ اَلرَّحِیْمُ.

پیچش کا خاتمہ

اگر کسی آدمی کی آنتوں میں خراش پیدا ہو جائے تو اسے سادہ یا خونی پیچش ہو جاتی ہے اور اکثر یہ مرض کافی عرصہ چلتا ہے جس سے مریض کمزور اور نڈھال ہو جاتا ہے۔ اس کیلئے باوضو تین بار مندرجہ ذیل کلمات کو بعد نماز فجر سورج نکلنے سے پہلے پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کر کے نہار منہ پی لے۔ یہ عمل اکتالیس دن کریں اور ناشتہ ایک گھنٹہ بعد کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس مرض سے جلد نجات مل جائے گی۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

اِنَّ اللّٰہَ کَانَ بِکُلِّ شَیْءٍ عَلِیْمًا o

جسم کے کسی حصے کا اکڑ جانا یا جھٹکے لگنا

اگر کسی شخص کے جسم کا کوئی حصہ اکڑ جائے یا پٹھہ اکڑ کر کام نہ کرنے کے قابل بن جائے یا مریض کو کسی طرح کے جھٹکے لگتے ہوں تو ایسی صورت میں مندرجہ ذیل کلمات عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے باوضو بغیر پھول والی پلیٹوں پر لکھ لیں اور صبح بعد نماز فجر ایک پلیٹ دھو کر مریض کو پلائیں اور اسی طرح بعد نماز عشاء ایک پلیٹ دھو کر مریض کو پلائیں۔ یہ عمل گیارہ دن تک کریں انشاء اللہ تعالیٰ اس عرصہ میں مریض صحت یاب ہو جائے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَاحَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ یَاحَیُّ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ یَاحَیُّ قَبْلَ کُلِّ شَیْءٍ یَاحَیُّ بَعْدَ کُلِّ شَیْءٍ

جریان کے مرض کا علاج

اگر کسی کو جریان کا مرض ہو اور اس کی وجہ سے اس کے کپڑے ناپاک ہو جاتے ہوں تو ایسی حالت میں مندرجہ ذیل کلمات باوضو پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کریں اور نہار منہ بعد نماز فجر مریض کو وہ پانی پلا دیا کریں۔ چند دن کے علاج سے مریض صحت یاب ہو جائے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ یَاشَافِیْ. یَاشَافِیْ. یَاشَافِیْ. یَاکَافِیْ. یَاکَافِیْ. یَاکَافِیْ. یَاوَدُوْدُ. یَاوَدُوْدُ. یَاوَدُوْدُ. یَارَحِیْمُ. یَارَحِیْمُ. یَارَحِیْمُ۔

شہد سے بال لمبے کریں

شہد اور روغن گیلانی ملا کر ایک لئی سی بنا لیں اور بالوں کی جڑوں میں لیپ کر دیں اور کوئی دو گھنٹے بعد نیم گرم پانی سے سر کے بالوں کو دھو لیں یہ عمل روزانہ ایک ماہ تک کریں۔

گنڈیریاں مفید نہیں مفید تر

مقصود علی، سکھر

یرقان کے مرض میں گنے کا بکثرت استعمال اپنا جواب نہیں رکھتا۔ گنا جسم کو غذائیت فراہم کرتا ہے جس سے جسم موٹا ہوتا ہے۔ غذا کو بہت جلد ہضم کردیتا ہے اور لوگ اسے پوری رغبت سے استعمال کرتے ہیں۔ گنے کا رس پیشاب کی جلن کو ختم کرتا ہے

صحت وتندرستی کیلئے جن اجزاء کی جسم انسانی کو ضرورت ہوتی ہے ان میں حیاتین (وٹامنز) کو زبردست اہمیت حاصل ہے۔ گنا حیاتین سے ہی بھرپور نہیں بلکہ اس میں شکر جیسے اجزاء فولاد، کیلشیم میگنیشیم جیسے معدنی نمکیات بھی پائے جاتے ہیں۔ یوں تو گنے کا شمار نہ پھلوں میں ہے اور نہ سبزیوں میں لیکن یہ اپنی طبی خواص کی بنیاد پر پھلوں سے کسی صورت کم نہیں۔

گنے کے رس کا شمار بہترین مشروبات میں ہوتا ہے۔ قدرتی طور پر اس کے رس میں چاشنی اور نمکیات جیسے اجزاء شامل ہیں یہ پیاس کو بجھاتا ہے طبیعت کو فرحت بخشتا ہے اور نہایت خوش ذائقہ ہے۔ خون کی کمی پیشاب کے رکنے اور امراض جگر میں اس کی اہمیت تمام معالجین کے نزدیک متفق علیہ ہے۔

یرقان کے مرض میں گنے کا بکثرت استعمال اپنا جواب نہیں رکھتا۔ گنا جسم کو غذائیت فراہم کرتا ہے جس سے جسم موٹا ہوتا ہے۔ غذا کو بہت جلد ہضم کردیتا ہے اور لوگ اسے پوری رغبت سے استعمال کرتے ہیں۔ گنے کا رس پیشاب کی جلن کو ختم کرتا ہے۔ گردہ ومثانہ کی پتھریاں توڑتا ہے اور پیشاب کے راستے خارج کردیتا ہے۔ اس لیے پیشاب کی کسی قسم کی تکلیف ہو یا گردہ ومثانہ کی پتھری کی وجہ سے پیشاب میں تکلیف ہو گنے کا رس بڑا مفید ہے اور اس کا استعمال جس قدر چاہیں کریں یہ ہضم ہوجاتا ہے۔ نیند بھی خوب لاتا ہے بے خوابی موجودہ مشینی دور کے امراض میں سے ہے۔ لوگ بے خوابی سے نجات کیلئے خواب آور گولیاں بھی استعمال کرتے ہیں اور ان کے عادی بن جاتے ہیں پھر ان کے سائیڈ ایفیکٹ ہوتے ہیں۔ ایسے حضرات کو گنے کا بھرپور استعمال بطور دوا کرنا چاہیے۔ گنے کا رس دل ودماغ کو فرحت بخشتا ہے اور برے گندا خیالات کو ختم کرتا ہے۔

گنے کے رس کے استعمال سے آنتوں کی قبض جاتی رہتی ہے۔ گلے کی خرابی خراش اور خشک کھانسی میں فائدہ ملتا ہے۔ نکسیر، سوزاک میں اچھے اثرات رکھتا ہے۔ خون کی قے میں گنے کا رس اکسیر کا مقام رکھتا ہے اس سے معدہ کو نہ صرف سکون ملتا ہے بلکہ قے بھی فوراً رک جاتی ہے۔ گنے کا رس اپنے اندر بیشمار غذائی دوائی اثرات رکھتا ہے۔ گنے کا رس نکلوا کر عام استعمال کیا جاتا ہے لیکن مناسب طریقہ یہ ہے کہ گنے کو چوسا جائے کیونکہ اس طرح نہ صرف لعاب دہن ساتھ جاتا ہے اور نظام ہضم کی کارکردگی بڑھتی ہے بلکہ دانتوں کیلئے ایک اچھی ورزش ہے اور دانت مضبوط اور خوبصورت ہوتے ہیں۔

گنے کے رس سے شکر تیار کی جاتی ہے جو دو طرح کی ہوتی ہے سفید شکر اور سرخ شکر۔ سفید شکر کو کیمیکل کے ذریعے چینی کے روپ میں لایا جاتا ہے۔ اطباء قدیم نے سرخ شکر کے طبی نقطہ نگاہ سے بہت فوائد تسلیم کیے ہیں نیم گرم دودھ میں سرخ شکر ملا کر پینے سے قبض جاتی رہتی ہے۔ نظام ہضم کا فعل درست ہوجاتا ہے۔ اجابت کھل کر آتی ہے۔ شدید گرمیوں میں یہ رس مفرح اور تسکین بخش ہوتا ہے۔ اس کا ذائقہ بہتر بنانے کیلئے تھوڑا سا لیموں کا رس بھی شامل کرلیا جاتا ہے۔

متعدد قسم کے بخاروں میں گنے کا رس شفا بخش ہے۔ اگر بخار کا سبب پروٹین کی کمی ہو تو وافر مقدار میں گنے کا رس پینے سے یہ کمی دور ہوجاتی ہے اور بخار کی حدت اور شدت کم ہوتے ہوئے ختم ہوجاتی ہے۔

گنے کا رس فربہ کرتا ہے۔ اس لیے دبلا پن دور کرنے کیلئے یہ مؤثر علاج بالغذا ہے۔ گنے کے رس کے باقاعدہ استعمال سے تیزی سے جسمانی وزن بڑھتا ہے۔

گنے کے پودے کے لمبے پتوں پر پڑنے والی شبنم کے قطرے جمع کرلیے جائیں تو یہ آنکھوں کی متعدد بیماریوں میں مفید ہیں۔ شبنم کے پانی کو آنکھوں میں ڈالنے سے بینائی کا خلل، موتیا بند، آشوب چشم، آنکھوں کا جلنا اور زیادہ مطالعہ سے آنکھوں کا دباؤ ختم ہوجاتا ہے۔

حل مشکلات کے اعمال

لیکن اس کے ساتھ ہی بالکل تقدیر پر ہی معاملہ نہیں چھوڑنا چاہیے بلکہ کچھ تدبیر بھی کرنی چاہیے

اگر کسی شخص کو کوئی سخت مشکل پیش آئے جو کسی طرح حل نہ ہوتی ہو اور وہ اس کے پورا کرنے کے لیے سرگرداں ہو تو لازم ہے کہ غیروں کے در کو چھوڑ کر اپنے خاص مالک کے آستانہ عالی کی طرف رجوع کرے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے "واستعینوا بالصبر والصلوٰۃ" کے ساتھ گناہوں سے توبہ کرے اور احکام الٰہی کی پوری پابندی لازم کرے اور گناہوں سے بچنے کیلئے جس قدر زیادہ مقدار میں ہوسکے تیسرا کلمہ اور استغفار کو پڑھے۔ انشاء اللہ رحم کیا جائے گا اور اس کو مشکلات سے نجات ملیں گی لیکن اس کے ساتھ ہی بالکل تقدیر پر ہی معاملہ نہیں چھوڑنا چاہیے بلکہ کچھ تدبیر بھی کرنی چاہیے کیونکہ اللہ تعالیٰ نے ہاتھ پاؤں کام کرنے اور اوروں کی مدد اور اپنے آپ کی کفالت اور حفاظت کیلئے بھی عطا فرمائے ہیں اس لیے چند ایک اوراد ووظائف ایسے بھی لکھے جاتے ہیں جن پر عمل کرنے سے اللہ تعالیٰ اپنے بندے کو مشکلات ومہمات سے نجات بخشتا ہے اور حاجتوں کو پورا کرتا ہے۔

صلوٰۃ الحاجت: اول وضو کرے اور دو رکعت نماز نفل ادا کرے پھر مصلے پر بیٹھ کر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے اس کے بعد ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کی تلاوت کرے اور سو مرتبہ کہے "اَللّٰهُ صَمَدِيْ حَسْبِيْ" پھر گیارہ بار درود شریف پڑھے۔ دوسرے دن دو رکعت نماز حاجت ادا کرے اور گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر ایک ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ تلاوت پھر سو بار سَلَامٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِيْمٍ پڑھے اور گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ تیسرے دن پھر دو رکعت نماز نفل حاجت کے ادا کرے گیارہ مرتبہ درود شریف اور ہزار مرتبہ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کی تلاوت کرکے سو مرتبہ کہے لَا إِلٰهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِيْنَ پھر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ (صفحہ نمبر 18)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے "کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں" نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع، آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج — طبی مشورے

ہونٹوں کا مسئلہ ❁ پیٹ بڑھ گیا ❁ بانجھ ہوں ❁ گلے میں گلٹیاں ❁ دن بدن کمزور ہو رہی ہوں

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

یرقان

میں نے خط لکھا تو آپ کا مسودہ آیا کہ ایل ایف ٹی رپورٹ کروائیں آپ کو غالباً یرقان ہے۔ میں نے ایل ایف ٹی کروایا اس میں سب چیزیں بہت زیادہ بڑھی ہوئی ہیں۔ میں ایک سال سے بیمار ہوں۔ پہلے مجھے انفلوئنزا ہوا۔ بخار کھانسی، زکام کے علاج میں مجھے پینسلین مروڑنگ لگے ساتھ ہی بھوک ختم ہوگئی۔ متلی شروع ہوگئی آنکھیں زرد ہوگئیں۔ جوس اور ٹھنڈی چیزوں سے آنکھوں کا رنگ سفید ہوگیا۔ متلی کو بھی آرام آیا مگر بھوک نہیں کھلی۔ روز بروز کمزوری بڑھتی گئی۔ پہلے میری صحت قابل رشک ہوا کرتی تھی۔ میرا وزن میرے قد کے لحاظ سے ٹھیک تھا۔ رنگ بھی سرخ و سفید تھا جو اب کالا ہے۔ گوشت نام کی بدن پر کوئی چیز نہیں۔ ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گیا ہوں۔ **(حبا انخوز، کراچی)**

مشورہ: ہیپاٹائٹس کے ٹیسٹ بھی ضروری ہیں۔ الٹراساؤنڈ (زیریں شکم) بھی ضروری ہے کیونکہ خدانخواستہ سیروسز صلابت کبد یا استقائی کیفیت شروع نہ ہوگئی ہو۔ شربت دینار ایک اونس عرق کاسنی، عرق مکوء، عرق بادیان دو دو اونس ملا کر صبح و شام پئیں۔ ٹھنڈی مرادغذا کے بعد پانی یا دودھ کی کچی لسی سے کھائیں۔ ٹھنڈی سبزیاں، سبزیوں کا شوربا کھائیں۔ گرما سردا خربوزہ کھائیں۔ روٹی کھا سکتے ہیں۔ مکمل آرام کی ضرورت ہے۔ جسمانی آرام بھی اور روحانی آرام بھی۔ غذا نمبر 5 اور 6 استعمال کریں۔

اہم مسئلہ

آپ کی توجہ ایک اہم مسئلے کی طرف کروانی ہے یہ لڑکیوں کے نسوانی حسن کا مسئلہ ہے۔ جو صرف ایک لڑکی کا نہیں ہے بلکہ اکثر لڑکیوں کا مسئلہ ہے۔ میری باجی کا جن کی عمر 25 سال ہے نسوانی حسن کم ہے۔ میری عمر 18 سال ہے۔ میری باجی نے کبھی کوئی دوسری دوا یا کریم استعمال نہیں کی کیونکہ ڈر لگتا ہے کہ کہیں کوئی دوسرا نقصان نہ ہوجائے۔ ہمیں کوئی اچھا سا مشورہ دیں جو آسان ہو اور جلدی اثر کرے۔ **(ف، راولپنڈی)**

مشورہ: آم کھائیں، ملک شیک بھی بنا کر پی سکتی ہیں۔ عمدہ مکھن، خالص دیسی گھی ہائی پروٹین یعنی پرندوں کا گوشت، چکن چوزہ مرغ، بٹیر وغیرہ اور بکرے کا گوشت کھائیں اور شہد بھی کھائیں۔ کھٹی اور سرد چیزوں سے پرہیز کریں۔ خیال رہے کہ جلدی فائدہ معلوم نہیں ہوگا مگر آہستہ آہستہ بالآخر اس غذائی علاج سے فائدہ ہو جائیگا۔ فکر رنج سے پرہیز ضروری ہے مناسب آرام بھی کیا کریں۔ غذا نمبر 2، 3 استعمال کریں۔

ریشہ

میرے حلق میں عرصہ 10-12 سال سے ریشہ گرتا ہے۔ میں نے آپ کے رسالے میں کالی بڑوغیرہ کا نسخہ پڑھا تھا جس سے بال بھی کالے ہوجاتے ہیں۔ میں نے وہ نسخہ آزمایا یعنی ناشتہ میں بادام شہد اور خمیرہ ابریشم وغیرہ۔ اس نسخے سے بہت فائدہ ہوا لیکن بال تو کالے نہیں ہورہے ہیں۔ ریشہ بھی مکمل طور پر ختم نہیں ہوا۔ میرے جسم اور خاص طور پر چہرے اور ہونٹوں پر خشکی بہت زیادہ ہوگئی ہے۔ گرمیوں میں میرے چہرے پر دانے بھی بہت نکلنے شروع ہوجاتے ہیں۔ ایسا نسخہ بتائیں کہ جس سے میرا ریشہ مکمل طور پر ختم ہوجائے اور چہرے پر دانے بھی نہ نکلیں۔ **(ساجد، گوجرانوالہ)**

مشورہ: فی الحال آپ تمام دوائیں بند کردیں۔ اگر خون میں چربی وغیرہ نہ ہو تو عمدہ خالص مکھن کھائیں۔ غذا دیسی گھی میں پکائیں عمدہ آم کھائیں۔ بادام پانچ سات دانے روزانہ ضرور کھائیں۔ غذا نمبر 4، 3 استعمال کریں۔

کبھی نزلہ نہیں ہوا

میری بیٹی کی عمر اس وقت 15 سال ہے کبھی نزلہ نہیں ہوا اس کو۔ اس کے بال گزشتہ چھ ماہ سے سفید ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ سر آدھا سفید ہوگیا ہے۔ بہت پریشان ہوں۔ یہ جب گیارہ سال کی تھی تو اس کو بخار ہوگیا تو بخار کئی دن رہا۔ ایک دن ہلکے بخار میں اس کی یہ کیفیت ہوگئی کہ آنکھیں اوپر کو ہورہی تھیں اور یہ پیچھے کی طرف کھنچ رہی تھی آنکھیں اوپر جارہی تھیں۔ بھاگ کر ڈاکٹر کے پاس لے گئے۔ ٹیکے وغیرہ لگائے تو تھوڑی دیر بعد اس کی آنکھیں بند ہوئیں اور دس منٹ بعد یہ ہوش میں آگئی۔ اس سال پھر یہ کہنے لگی کہ آنکھوں کے آگے اندھیرا ہورہا ہے اپنا سر پکڑ کر خود نیچے کررہی تھی مگر وہی پیچھے کی طرف کھنچاؤ اور آنکھیں اوپر کی طرف ہورہی تھیں۔ پھر بیہوشی کا ٹیکہ لگا اور پھر دس منٹ کے بعد یہ ٹھیک ہوگئی۔ رنگ بھی اس کا پیلا اور کالا ہوجاتا ہے۔ تین دن شدید درد ہوتا ہے سکول بھی نہیں جاسکتی اور بے انتہا کمزور ہوجاتی ہے۔ پڑھائی میں کوشش کے باوجود کمزور ہے اور سست رہنے لگی ہے۔ **(شمیم، گجرات)**

مشورہ: عمدہ قسم کے آم کھائیں۔ متوازن غذا کھلائیں۔ خالص عمدہ مکھن بھی تھوڑا سا روزانہ ضروری ہے۔ یہ صرف کمزوری ہے۔ غذائی قلت دور ہوگی تو ٹھیک ہوجائیگی۔ بادام، مکھن ناشتہ میں ضرور دیں۔ سبزیاں، سبزیوں کا شوربہ دیں۔ غذا نمبر 2، 3 استعمال کریں۔

وٹامن کی گولیاں کھاتا ہوں

میری عمر 21 سال ہے اور میرا وزن عمر کے لحاظ سے بہت کم یعنی 38 کلو ہے جس کی بنا پر جسم کی ہڈیاں واضح نظر آتی ہیں جو خود کو بہت برا لگتا ہے۔ دوست عزیز و اقارب کہتے ہیں اپنا کچھ علاج کرواؤ بہت کمزور ہوگئے ہو۔ حالانکہ میں روزانہ وٹامن کی گولیاں کھاتا ہوں مگر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ مہربانی فرما کر اس کا کوئی حل بتائیں جس سے میرے جسم کا کچھ وزن بڑھے۔ **(رشید گیلانی، سکھر)**

مشورہ: وزن یا جسم کی نشوونما کی بنیاد غذا ہے۔ اچھی متوازن غذا کھانے سے جسم کی اچھی نشوونما ہوتی ہے غذا کی کمی ہو تو جسم کتنا ہی تندرست ہو کمزور ہوجاتا ہے۔ دوائیں جسم کا جزو نہیں بنتے جبکہ غذا جسم کا جزو بن جاتی ہے۔ اکسیر البدن مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ غذا نمبر 2، 3 استعمال کریں۔

بواسیر

میری عمر 29 سال ہے۔ خاصی مدت سے جسمانی تکالیف کا شکار ہوں۔ پڑھائی کے زمانے میں ہی مجھے آنتوں اور معدے کی خرابی کی شکایت تھی۔ طبعاً کوئی گرم چیز کھالوں تو

چہرے پر دانے پیپ والے بن جاتے ہیں۔ لیکن پچھلے ڈیڑھ سال سے پاخانہ کے ساتھ خون آرہا ہے۔ لیڈی ڈاکٹر نے پہلے تو کہا کہ زخم بن گئے ہیں جو کہ قبض کی وجہ سے ہیں اور وہ ٹھیک ہوگئے لیکن چھ مہینے سے دوبارہ تکلیف شروع ہوگئی ہے۔ لیڈی ڈاکٹر کہتی ہے کہ اب بواسیر ہوگئی ہے۔ پاخانہ کے ساتھ آؤں اور خون دونوں ہوتے ہیں۔ انتہائی جلن درد اور سوزش بھی ہوتی ہے کہ اٹھ بیٹھ نہیں سکتی۔ **(عبدالرحمٰن، گجرات)**

مشورہ: بواسیر کورس استعمال کریں۔ سبزیاں پکا کر روٹی سے کھائیں ان شاء اللہ فائدہ ہوگا۔ اسپغول کی بھوسی ایک چائے کی چمچی ایک کپ پانی میں ملا کر دن میں ایک بار ضرور پئیں۔ غذا نمبر 5، 6 استعمال کریں۔

یہ دانے خطرناک نہیں

میری عمر 17 سال ہے میری جلد چکنی ہے اور گزشتہ دو سالوں سے میرے چہرے پر دانے ہیں یہ دانے ماتھے اور گالوں اور یہاں تک کہ ٹھوڑی پر بھی ہیں ان میں زیادہ تر پیپ کے ساتھ خون بھی ہوتا ہے ان خطرناک دانوں کی وجہ سے میرے سارے چہرے پر براؤن کلر کے داغ پڑ گئے ہیں اس کے علاوہ میرا جسم ہر وقت گرم رہتا ہے۔ رنگ نکھارنے کیلئے بھی کچھ بتائیں۔ **(علی، لاہور)**

مشورہ: یہ خطرناک دانے نہیں ہیں روزانہ پابندی سے خون صفاء اور ٹھنڈی مرادیں پئیں۔ پندرہ یوم کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 5، 6 استعمال کریں۔

بھائی الٹیاں کرتا ہے

مسئلہ میرے چھوٹے بھائی کا ہے جس کی عمر دس سال ہے۔ چھوٹا سا بڑا پیارا ہے لیکن تقریباً دو سال سے پتا نہیں کیا چکر ہے کہ وہ دن بھر خصوصاً کھانے کے بعد الٹیاں کرتا رہتا ہے جو کہ دوپہر کے وقت بالکل ہی کم ہو جاتی ہیں چھوٹی چھوٹی الٹیاں کرتا ہے۔ کچھ کھایا پیا نہیں لگتا۔ اس کا رنگ دن بدن پیلا ہوتا جا رہا ہے اس کی طرف دیکھ کر ترس آتا ہے۔ **(ابراہیم خان، جھنگ)**

مشورہ: الٹی متلی کا سبب معلوم ہونا ضروری ہے اس کے بغیر علاج تجویز نہیں کیا جا سکتا۔ جگر، معدہ، گردے اگر ٹھیک ہیں تو پھر دماغی کمزوری کا علاج ہونا چاہیے یا پھر بدہضمی کا علاج ہونا چاہیے۔ فی الحال جوہر شفاء مدینہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ غذا نمبر 5، 6 استعمال کریں۔

دم والے شہد کا کمال

السلام علیکم حکیم صاحب! میری شادی کو کافی عرصہ بیت چکا ہے لیکن میں اولاد سے محروم ہوں۔ میں نے اپنے ٹیسٹ کروائے تو میرے جرثومے نا ہونے کے برابر تھے۔ پھر مجھے کسی نے آپ کا بتایا۔ میں نے ماہنامہ عبقری کے دفتر سے آکر دم والا شہد لیا۔ ابھی میں نے صرف ایک ہی کورس استعمال کرنے کے بعد اپنے ٹیسٹ دوبارہ کروائے تو میرے جرثومے 32% سے بڑھ کر 60% ہوگئے ہیں۔ **(غلام سرور، فیصل آباد)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، سوٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترش باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیزا، کڑھی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، یخنی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا، یخنی والا لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند، دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، انار شیریں، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی، بسکٹ، کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، کجھ ریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، میٹھی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، آلوچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹ، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بکرے کا گوشت، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے چاول، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

عذاب قبر سے محفوظ رہنے کیلئے رات کو سورۂ ملک پارہ 29 ایک دفعہ پڑھنے سے اللہ پاک عذاب قبر سے محفوظ کر دیتے ہیں۔ **(اختر علی، واہ کینٹ)**

خوبصورت چہرے کیلئے مفید ہدایات

رفعت خان بنگش

خشک جلد اور پانی کی کمی کی شکار جلد میں فرق ہے۔ یہ دو الگ اقسام ہیں۔ خشک جلد میں چکنائی کی کمی ہوتی ہے جبکہ دوسری قسم پانی کی قلت کا شکار ہے۔ اس میں ہلکی ہلکی باریک جھریاں پڑ جاتی ہیں اور خشکی کے آثار نمایاں ہوتے ہیں بعض جگہوں پر ہاتھ لگانے سے جلد کھردری بھی محسوس ہوتی ہے۔

ہر عورت کی فطری خواہش ہے کہ اس کی جلد نرم و ملائم، صاف شفاف چکنائی اور داغ دھبوں سے پاک ہو۔ جلد کی نوعیت موروثی اسباب کے علاوہ دیگر طبعی وجوہات کی بنا پر بھی ایک دوسرے سے مختلف ہوتی ہے وہ لوگ خوش نصیب ہیں جن کی جلد قدرتی طور پر صاف اور داغ دھبوں سے پاک ہے مگر اس کا مطلب یہ نہیں کہ ان کی جلد کو نگہداشت کی ضرورت نہیں انہیں بھی نگہداشت کی ضرورت ہے اہم ترین بات یہ ہے کہ وہ ایسے کاسمیٹکس استعمال نہ کریں جو جلد کیلئے نقصان دہ ہوں۔ میک اپ صاف کرنے کیلئے مخصوص دودھ اور روئی استعمال کریں یا وہ صابن استعمال کریں جو جلد کیلئے مضر نہ ہو۔
طبعی عوامل سے جلد کو محفوظ رکھنے کیلئے کریم اور آنکھوں کے گرد کے نازک حصے کیلئے مخصوص لوشن استعمال کرنا ضروری ہے دھوپ کی براہ راست شعاعوں سے بچنے کی کوشش کریں اور زیادہ سے زیادہ پانی پئیں تاکہ جلد کی تروتازگی برقرار رہے۔

چکنی جلد کیلئے

اس جلد کا سب سے بڑا مسئلہ چکیلا پن ہے۔ جلد کے کھلے مسامات میں تیل بھر جاتا ہے اور پھر کیل مہاسے بن جاتے ہیں۔ کبھی کبھار چکنی جلد اتنی حساس ہوتی ہے کہ بعض کاسمیٹکس کا اثر قبول نہیں کرتی لہٰذا درمیانے قسم کے کیمیاوی مواد اور الکحل سے پاک صابن استعمال کیے جائیں۔ چکنی جلد کو نرم و ملائم رکھنے والی کریموں کی بھی ضرورت ہوتی ہے بشرطیکہ وہ چکنائی سے پاک ہوں جھریوں کیلئے مخصوص کریم میں بھی کم سے کم چکنائی ہو۔ آنکھوں کے گرد حصے کیلئے وہ مخصوص کریمیں اور جیل بھی استعمال کریں مگر یہ کم چکنائی والے ہوں۔ مردہ خلیات کو صاف کرنے والے کاسمیٹکس کا استعمال بھی مفید ہے مگر ہفتہ میں صرف ایک یا دو بار استعمال کرنے پر اکتفا کریں۔
گھر میں تیار کیے جانے والے ماسک بھی مفید ثابت ہو سکتے ہیں اس سے جلد صاف اور چکنائی بھی کم ہوگی۔ چکنائی اور مرغن کھانوں سے بھی اجتناب کرنا چاہیے۔ دودھ اور اس سے بننے والی اشیاء سے پرہیز بھی ضروری ہے۔

وہ جلد جس میں پانی کی کمی ہو

خشک جلد اور پانی کی کمی کی شکار جلد میں فرق ہے۔ یہ دو الگ اقسام ہیں۔ خشک جلد میں چکنائی کی کمی ہوتی ہے جبکہ دوسری قسم پانی کی قلت کا شکار ہے۔ اس میں ہلکی ہلکی باریک جھریاں پڑ جاتی ہیں اور خشکی کے آثار نمایاں ہوتے ہیں بعض جگہوں پر ہاتھ لگانے سے جلد کھردری بھی محسوس ہوتی ہے۔
یہ شکایت عموماً طبعی عوامل اور دھوپ کی براہ راست اور گرم شعاعوں کے علاوہ کمرے میں ہیٹر چلانے سے بھی ہوتی ہیں۔ بعض دفعہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ جلد کے اندرونی حصے چکنے ہوتے ہیں اور بیرونی حصہ پانی کی قلت کا شکار ہوتا ہے۔ اس میں غلط علاج کا نتیجہ ہوگا کہ جلد مزید خراب ہوگی غلط طریقہ یہ ہے کہ چکنائی سے بھرپور کریمیں استعمال کی جائیں اس کا صحیح علاج یہ ہے کہ ایسی کریمیں استعمال کی جائیں جو جلد میں رطوبت پیدا کریں۔
میک اپ صاف کرنے کیلئے مخصوص دودھ یا کریمیں استعمال کرنے کے بعد جلد کو نرم و ملائم رکھنے والی کریم استعمال کریں۔ دھوپ سے بچانے والی کریم بھی فائدہ مند ہے گردن اور آنکھوں کے گرد مخصوص کاسمیٹکس بھی پابندی سے استعمال کریں۔ پانی زیادہ سے زیادہ مقدار میں پئیں۔ دھوپ کی براہ راست شعاعوں سے بھی بچنے کی کوشش کریں۔

خشک جلد کیلئے

خشک جلد کے اپنے مسائل ہیں۔ چہرہ خشک اور جلد کھنچی ہوئی محسوس ہوتی ہے جس کے باعث مسلسل بے چینی رہتی ہے۔ خشکی کا بہترین علاج جلد کو کھوئی ہوئی چکنائی دینا ہے اور اس کی نرمی بحال کرنا ہے۔ خشک جلد کی صفائی کیلئے صابن کی بجائے مخصوص کریم کا استعمال کریں جو چکنائی سے بھرپور ہے۔ جلد اگر غیر معمولی حد تک خشک ہو تو اس کیلئے چکنائی سے بھرپور کریم کے ساتھ دھوپ سے محفوظ کرنے والی کریم بھی استعمال کریں۔ سونے سے قبل وہ کریمیں استعمال کریں جن کی چکنائی جلد میں جذب ہو کر اسے نرمی و ملائمی بخشیں۔

آنکھوں کے گرد مخصوص کریمیں استعمال کرنے کا اہتمام کریں جن کے استعمال سے اس حساس حصے میں جھریاں نہیں پڑتیں۔ اس موسم میں عموماً ایسی جلد کی پریشانی کم ہوتی ہے۔ نیز دھوپ کی براہ راست شعاعوں سے بچیں۔

ملی جلی جلد کیلئے

ملی جلی جلد بہت عام ہے۔ اس کے مسائل سے بھی کئی خواتین دوچار ہیں اس میں پیشانی کی جلد چکنی ہوگی تو گال خشک اور تھوڑی نارمل یا اس کے برعکس۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ ایسی کریم استعمال کی جائے جو جلد کی مختلف اقسام کیلئے یکساں طور پر مفید ہو۔ اگر جلد کے مختلف حصوں میں فرق نمایاں ہے تو ہر قسم کیلئے الگ کریمیں بھی استعمال کی جا سکتی ہیں۔

حساس جلد کیلئے

حساس جلد کا یہ مسئلہ ہے کہ یہ اکثر کاسمیٹکس کا اثر قبول نہیں کرتی۔ غیر مناسب کاسمیٹکس کے استعمال سے جلد سوج جاتی ہے اور دانے نکل آتے ہیں بعض لوگوں کی جلد سوجھ جاتی ہے اور دانے نکل آتے ہیں بعض لوگوں کی جلد میں کسی مخصوص کھانے یا موسم کی تبدیلی سے بہتری آجاتی ہے اس قسم کی جلد کو خاص نگہداشت کی ضرورت ہے۔ حساس جلد کیلئے مخصوص کاسمیٹکس استعمال کریں۔ چہرے کو میک اپ سے صاف کرنے کیلئے مخصوص دودھ یا لوشن استعمال کریں جس میں الکوحل نہ ہو۔ بہتر یہی ہے کہ ایسے کاسمیٹکس استعمال کی جائیں جن سے جلد کو سکون اور آرام ملے جیسے بابونہ سے تیار کی گئی کریم۔ آنکھوں کے گرد کی کریمیں بھی استعمال کریں اور مناسب ماسک بھی۔ حساس جلد پر کسی قسم کا نیا کاسمیٹکس استعمال کرنے سے پہلے تجربہ کر کے دیکھیں کہ یہ آپ کی جلد کیلئے مناسب بھی ہے یا نہیں اس کا طریقہ یہ ہے کہ اس کی تھوڑی مقدار کلائی پر لگائیں اور چوبیس گھنٹے بعد اس کی تاثیر دیکھیں اگر جلد نارمل رہی تو اسے پہلے گردن پر استعمال کر کے دیکھیں اگر مناسب ہو تو چہرے پر لگائیں۔
جو غذا استعمال کریں جلد پر اس کی تاثیر ضرور دیکھا کریں تاکہ مضر اور مفید غذا کا اندازہ ہو سکے دھوپ سے بچنے کی کوشش کریں اور جلد کی نگہداشت سے غفلت نہ برتیں۔

سفوف معدہ و دماغ

سونف ایک پاؤ، دھنیا خشک آدھا پاؤ، مرچ سیاہ آدھا چھٹانک، بادام ایک چھٹانک، چینی 5 یا 6 چھٹانک۔ صبح و شام کھانے کے بعد ایک چمچ پانی کیساتھ کھائیں۔ ان شاء اللہ معدہ اور دماغ کے تمام امراض سے نجات مل جائیگی۔ **(حکیم اللہ دیہ، یامین)**

دعا کی قبولیت کا انوکھا واقعہ

مسز اظہر اقبال قادری' لالہ موسیٰ

صبح 9 بجے میرے سکول میں مجھ سے ملنے آئی تو اس کی آنکھوں میں آنسو تھے اور مجھے گلے لگا کر چومنے لگی میں اس وقت حیرت زدہ ہو گئی جب اس نے بتایا کہ گزشتہ رات میرے شوہر کو ہیڈ کوارٹر سے فون آیا کہ اس کا نام اس ٹیم میں شامل کرلیا گیا ہے جو امریکہ جارہی تھی

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری کی گزشتہ تین سال سے قاری ہوں' رسالے میں کئی سچی کہانیاں اور معجزے پڑھے' ایک معجزہ میرے سامنے رونما ہوا تو خدا کی خدائی پر حیرت زدہ ہوگئی۔ اس معجزے کا تعلق انمول خزانے سے ہے اس میں وظیفہ نمبر ایک میں گزشتہ 10 سال سے پڑھ رہی ہوں۔ میرے گھر کے حالات دیکھتے ہی دیکھتے بدل گئے' خالی جیبیں بھر گئیں۔ ایمان کی بیش بہا دولت اور نیک سیرت اولاد بھی اللہ نے دی۔ مجھے اس وظیفے پر پختہ یقین ہے کئی لوگوں کو پڑھنے کیلئے دے چکی ہوں۔

مگر اس وقت میں ایک اہم واقعہ کی طرف آپ کی توجہ دلانا چاہتی ہوں میری ایک کلاس فیلو جو کبھی کبھی مجھ سے اپنی بچی کی پڑھائی کے سلسلے میں ملنے آتی تھی۔ (میں ٹیچر ہوں) اس کا شوہر فوج میں ملازم تھا جوائنٹ فیملی میں رہتی تھی اس کے پانچ دیور تھے سب شادی شدہ۔ سب بھائیوں نے مل کر فیصلہ کیا کہ چار بھائیوں کو حصہ دے کر دو بھائی اس مکان میں رہیں اور باقی الگ گھر بنا لیں۔

طے شدہ رقم میری دوست کا شوہر لے کر کیا کرتا جو ایک گھر تو کیا اس کی جگہ خریدنے کیلئے ناکافی تھی۔ اسے مزید پیسے جمع کرنے تھے تاکہ زمین خرید سکے کئی رشتے داروں سے مانگے کہیں کامیابی نہ ہوئی۔ اسی سلسلے میں وہ میرے پاس آئی باقاعدہ پیسے تو نہ مانگے مگر سارا واقعہ سنایا۔ اس کی بات جب جاری تھی تو میں دل میں سوچ رہی تھی کاش! میں اس کی مدد کرسکتی اور سوچنے لگی شاید یہ مجھ سے مدد کی توقع رکھتی ہے اس کی بات مکمل ہونے پر میں نے پوچھا تم پانچ وقت کی نماز پڑھتی ہو۔ اس نے کہا ہاں! میں نے اس کو انمول خزانے فرضوں کے بعد پڑھنے کو کہا اور تاکید کی کہ سچے دل سے دعا کرنا وہ شکریہ کہہ کر چلی گئی۔

مگر میں بہت پریشان ہوئی کہ میں اس کی مالی مدد نہ کرسکی چند منٹ کے بعد مغرب کی اذان ہوگئی۔

میں نے وضو کیا مغرب کے تین فرض پڑھنے کے بعد میں نے اللہ سے باتیں شروع کردیں اور کہا یا اللہ! میں نہیں جانتی وہ کس نیت سے میرے پاس آئی ہے۔ اللہ تو اس کی مدد کر جس کی کوئی مدد نہیں کررہا' کوئی معجزہ دکھا دے' تیرے کلام پر اس کا ایمان مزید پختہ ہوجائے دل بھر کر اس کیلئے دعا کی۔

صبح 9 بجے میرے سکول میں مجھ سے ملنے آئی تو اس کی آنکھوں میں آنسو تھے اور مجھے گلے لگا کر چومنے لگی۔ میں اس وقت حیرت زدہ ہوگئی جب اس نے بتایا کہ گزشتہ رات میرے شوہر کو ہیڈ کوارٹر سے فون آیا کہ اس کا نام اس ٹیم میں شامل کرلیا گیا ہے جو امریکہ جارہی تھی۔ تنخواہ کے علاوہ اس کو وہاں سے بھی ڈالرز میں اچھی خاصی رقم ملے گی جگہ خرید کر آرام سے گھر بنا سکتا ہے۔ آج اس بات کو ڈیڑھ سال ہوچکا ہے۔ اس کا شوہر سال پہلے ہی امریکہ جاچکا ہے۔ آج انہوں نے اپنا گھر بھی بنا لیا ہے اور ہنسی خوشی زندگی گزار رہے ہیں۔ میں نے اسے کہا یہ وظیفہ ساری زندگی جاری رکھنا انشاء اللہ تمہاری ہر کام میں خدا مدد کرے گا۔

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

مایوس' لاعلاج' بے اولاد ازدواجی جوڑے کہ جن کے مردوں میں نقص ہو ان کیلئے حکیم صاحب کی طرف سے دم کیا ہوا شہد کلام الٰہی کے فیضان سے معطر قیمتی تحفہ۔ تفصیلات کیلئے عبقری کے دفتر خط بمع جوابی لفافہ بھیج کر ایک بروشر منگوائیں جس میں آپ کو عام ملنے والی سستی سبزی کا حیرت انگیز استعمال کہ جس سے اب تک بے شمار جوڑے اولاد نرینہ کی دولت سے فیض یاب ہوچکے ہیں اور اس بروشر میں موجود سالہا سال سے آزمودہ روحانی عمل کا تحفہ کہ اس روحانی عمل کی تاثیر آج تک کبھی خطا نہیں گئی۔ ساری دنیا پھر کر تھک ہار کر آنے والوں نے بھی جب یقین اور اعتماد سے اس کو اپنایا' اللہ تعالیٰ نے ان کے آنگن کو اولاد نرینہ کی دولت سے ہرا بھرا کردیا۔ شہد ہمراہ لائیں ورنہ عبقری کے دفتر سے خرید لیں۔ باقی تفصیلات اور روزانہ استعمال کیلئے ایک مختصر دوائی شہد کے ہمراہ ملے گی۔ نوٹ: دم کیلئے وقت لینے کی ضرورت نہیں بس آپ شہد دے جائیں اور چند دنوں بعد دم کیا ہوا شہد لے جائیں۔ **مرض کی نوعیت کے مطابق کم از کم 3، 5 یا 6 ماہ استعمال کریں۔ (حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی عفا اللہ عنہ)**

فطری ڈھال

مولانا وحید الدین خان

اللہ تعالیٰ نے انسان کے چہرہ اور اس کی شخصیت کو اس کیلئے ایک غیر مفتوح ڈھال بنایا ہے

انسان کے چہرے پر فطری رعب کی صفت ہے۔ یہ رعب جس طرح جانوروں کے مقابلہ میں ایک روک ہے اسی طرح وہ انسانوں کے مقابلہ کیلئے بھی روک ہے۔ شیر انسانی چہرہ سے مرعوب ہو کر اس پر حملہ کی جرأت نہیں کرتا۔ شیر انسان کے اوپر صرف اس وقت حملہ کرتا ہے جب کہ انسان نے اپنی ناکافی کارروائی سے شیر پر یہ ظاہر کردیا ہو کہ وہ اس کے مقابلہ میں کمزور ہے۔ یہی معاملہ انسان کے مقابلہ میں انسان کا بھی ہے۔ فطری حالت میں ایک انسان دوسرے انسان کے چہرے سے ہیبت زدہ رہتا ہے۔ یہ ہیبت صرف اس وقت ختم ہوسکتی ہے جبکہ کوئی ایسا واقعہ پیش آئے جو فطری حالت کو توڑنے کا سبب بن جائے۔ اللہ تعالیٰ نے انسان کے چہرہ اور اس کی شخصیت کو اس کیلئے ایک غیر مفتوح ڈھال بنایا ہے۔ آپ ہر ضرورت کے موقع پر اس کو استعمال کرسکتے ہیں مگر اس معاملہ میں آپ کی کامیابی کا سارا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ نے دوسروں کی نظر میں اپنی کیا تصویر بنائی ہے۔

اگر آپ نے اپنے ماحول میں اپنی یہ تصویر بنائی ہو کہ آپ ایک سطحی اور بے قیمت انسان ہیں' آپ صرف جھوٹی لڑائی لڑنا جانتے ہیں آپ اقدام کا نعرہ لگاتے ہیں اور دھمکی سن کر اقدام ملتوی کردیتے ہیں' ایسی حالت میں جب آپ دوسروں کے سامنے آئیں گے تو آپ کا آنا ایک بے وزن انسان کا آنا ہوگا۔ اس وقت آپ گویا ایک ٹوٹی ہوئی ڈھال ہوں گے جس کے اندر لوگوں کے لیے کوئی رعب نہیں۔

اس کے برعکس اگر آپ نے اپنے آس پاس اپنی یہ تصویر بنائی ہے کہ آپ ایک بھاری بھرکم انسان ہیں آپ کے اعلیٰ اخلاق نے لوگوں کو آپ کا معترف بنا رکھا ہو۔ ایسی حالت میں آپ کے سامنے آتے ہی لوگوں کی نظریں آپ کیلئے جھک جائیں گی۔ آپ کا آنا وہ آنا' اس نے دیکھا' اس نے فتح کرلیا کا ہم معنی بن جائے گا۔ انسانی چہرہ آپ کے حق میں ایک مرعوب کن ڈھال ہے۔ کوئی انسان آپ کے اوپر صرف اس وقت وار کرنے کی ہمت کرتا ہے جبکہ آپ اپنی کسی نادانی سے اس پر یہ ظاہر کردیں کہ آپ اس سے کمزور ہیں۔ دانش مندی کے ذریعہ اپنے رعب انسانی کو قائم رکھیے اور پھر کوئی شخص آپ کے اوپر وار کرنے کی جرأت نہیں کرسکے گا۔

بلوغت کی تبدیلیاں پریشان کن نہیں

ڈاکٹر معید' اسلام آباد

کچھ لوگ ہارمون اور جسمانی بالوں کے تعلق سے یہ غلط خیال ذہن میں بٹھا لیتے ہیں کہ جن لڑکیوں کے بدن پر زیادہ بال ہوتے ہیں ان کے جسم میں مردانہ ہارمون اینڈروجن کی مقدار زیادہ ہوتی ہے حالانکہ یہ بات درست نہیں ہے

انسانی صحت و حیات سے ہارمونز کا بڑا گہرا تعلق ہے۔ اس کے باوجود اب تک ماہرین ہمارے جسم میں بننے والے ہارمونوں کے بارے میں تفصیلی معلومات حاصل کرنے سے قاصر رہے ہیں۔ تاہم پچھلے بیس پچیس برس کی تحقیق سے ہارمونز کے بارے میں علم میں کافی اضافہ ہوا ہے۔

ہارمون کی تیاری

آپ کے جسم میں دو طرح کے غدود (گلینڈز) پائے جاتے ہیں: بیرون افروز غدود اور دروں افراز غدود۔ بیروں افراز غدود جسم میں سیالات تیار کرتے ہیں' مثلاً تھوک' پسینہ' معدے کی ہاضم رطوبات اور بلغم۔ یہ تمام سیالات مختلف نالیوں کے ذریعے سے متعلقہ اعضا تک پہنچتے ہیں۔ دروں افراز غدود بغیر نالی کے غدود ہوتے ہیں۔ ان کی رطوبت براہ راست خون میں جذب ہوکر مختلف اعضا تک پہنچتی ہے۔ ایک ماہر کے الفاظ میں "ہارمون" جسم کے کسی حصے میں ہونے والے کیمیائی عمل کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ یہ ہارمون اپنی پیدائش کے بعد دوران خون میں شامل ہوکر جسم کا چکر لگا کر اثر انداز ہوتے ہیں۔ بالفاظ دیگر ہارمون جسم کے ہر عضو کو کنٹرول کرتے ہیں۔

آپ کے دماغ کے مرکز میں ایک غدود ہوتا ہے جسے زیر عرشہ غدود کہتے ہیں۔ یہ غدود ڈیڑھ کی ہڈی میں اعصاب کے ذریعے سے منسلک ہوتا ہے اور دماغ سے بھی اس کا تعلق ہوتا ہے۔ یہ غدود آپ کے خودکار اعصابی نظام اور دروں افراز غدودوں کے درمیان رابطے کا کام کرتا ہے۔ یہ جسم کے بہت سے افعال مثلاً بھوک' پیاس' نیند اور چستی کو باقاعدہ رکھتا ہے۔ یہ عورتوں کے ماہواری کے نظام کو کنٹرول کرتا ہے۔

ہارمون اور بلوغت

9 سے 14 سال کی عمر کے درمیان لڑکیوں اور لڑکوں میں واضح جسمانی تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ ماہرین ابھی تک بالکل ٹھیک طور پر ان اہم جسمانی تبدیلیوں کے اصل اسباب کا تعین نہیں کرسکے ہیں۔ نیویارک ہسپتال کے ڈاکٹر شین گولڈ کا خیال ہے کہ اس عمر میں جسم کے اندر ایک قسم کا زنجیری یا مسلسل ردعمل ہوتا ہے آپ کے جسم کا ایک حصہ ایک خاص ہارمون تیار کرتا ہے جس کے نتیجے میں آپ کے جسم کا دوسرا حصہ بھی متحرک ہوکر ہارمون تیار کرتا ہے۔ اس سے جسم کا تیسرا حصہ متاثر ہوتا ہے۔ اس طرح یہ سلسلہ چلتا رہتا ہے یہاں تک کہ بلوغت کی تکمیل ہوجاتی ہے۔

یہ بات صنف نازک کیلئے حیران کن ہوگی کہ جس طرح ان کے جسم میں زنانہ ہارمون تیار ہوتے ہیں اسی طرح ان کے جسم میں مردانہ ہارمون بھی تشکیل پاتے ہیں۔ لڑکوں میں بھی زنانہ ہارمون تیار ہوتے ہیں۔ گویا لڑکیوں اور لڑکوں دونوں کے جسم میں مردانہ اور زنانہ دونوں قسم کے ہارمون تیار ہوتے ہیں۔ تاہم مردوں کے جسم میں اینڈروجن (مردانہ ہارمون) کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اور عورتوں کے جسم میں زنانہ ہارمون کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

دوران بلوغت میں جب اینڈروجن زیادہ بنتا ہے تو جسم پر بال بھی زیادہ بنتے ہیں۔ چنانچہ جسم پر بالوں کی مقدار کا انحصار جسم میں تیار ہونیوالے ہارمون ٹیسٹوسٹیرون کی مقدار پر ہوتا ہے۔ یہاں اس بات کی وضاحت مناسب ہوگی کہ بالوں کے بننے کا یہ عمل جسم کے صرف خاص حصوں پر ہوتا ہے۔ ان خاص حصوں کی سائنسی اصطلاح میں "وصول کنندے" یا ریسپٹر کہتے ہیں۔ بدن میں موجود وصول کنندوں کی تعداد اس بات کو ظاہر کرتی ہے کہ کسی ہارمون کا بدن پر کس شدت کے ساتھ اثر ہوگا۔

کچھ لوگ ہارمون اور جسمانی بالوں کے تعلق سے یہ غلط خیال ذہن میں بٹھا لیتے ہیں کہ جن لڑکیوں کے بدن پر زیادہ بال ہوتے ہیں ان کے جسم میں مردانہ ہارمون اینڈروجن کی مقدار زیادہ ہوتی ہے حالانکہ یہ بات درست نہیں ہے۔ کسی لڑکی کے بدن پر زیادہ بالوں کی موجودگی کا تعلق ہارمون سے نہیں بلکہ اس بات سے ہے کہ اس کے بدن میں ریسپٹرز کی تعداد کیا ہے۔ اگر کسی لڑکی کو اس بات کا احتمال ہو کہ اس کے بدن پر بالوں کی تعداد زیادہ ہے تو اسے ماہر امراض نسواں سے مشورہ کرنا چاہیے۔

جب ایک لڑکی کے جسم میں دوران بلوغت زیادہ بال آنا شروع ہوجاتے ہیں تو گویا زنجیری ردعمل کا آغاز ہوجاتا ہے۔ بیضہ دانیوں سے ایسٹروجن اور پروجسٹرون کے اخراج سے جسم میں مزید تبدیلیاں شروع ہوجاتی ہے۔ ایسٹروجن سینے کی بافتوں کی افزائش کرتا ہے اور پروجسٹرون زیریں شکم میں اہم تبدیلیوں کا سبب بن جاتا ہے۔

تاہم ماہرین تجویز کرتے ہیں کہ اگر کسی لڑکی کو 21 برس تک علامات ظاہر نہ ہوں تو اسے کسی ماہر امراض نسواں سے رجوع کرنا چاہیے۔ اگر 14 برس کی عمر تک جسمانی تبدیلیاں ظہور میں نہ آئیں تو بھی معالج سے رجوع کرنا چاہیے۔

مخصوص ایام کے آغاز کے ساتھ ہی جسمانی نمو بھی سست پڑجاتی ہے بلکہ رک جاتی ہے۔

ہارمون اور جذباتی صحت

اگر آپ کو مخصوص ایام کے ساتھ ہی تھکن کا احساس ہوتا ہے تو زیادہ فکر کی بات نہیں۔ دنیا بھر کی خواتین کو ان ایام میں تھکن اور اس قسم کے دیگر احساسات سے گزرنا پڑتا ہے۔ یہ منفی علامات "قبل از ایام علامات" کہلاتی ہیں۔

سائنسدان کہتے ہیں کہ اس دوران منفی جذبات جسم میں ہارمون کی تبدیلی کی وجہ سے پیدا ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایسٹروجن ہارمون کی وجہ سے کٹے کولامین نامی رطوبت کی مقدار بڑھ جاتی ہے جس سے چڑچڑے پن اور تشویش میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ پروجسٹرون سستی پیدا کرتا ہے اور نیند لاتا ہے۔ کچھ خواتین اس سے پستی کا شکار بھی ہوجاتی ہیں۔

ان کیفیات کا مقابلہ کرنے کیلئے ورزش بہترین ہتھیار ہے۔ ماہرین کا کہنا ہے کہ ورزش سے فائدہ اس لیے ہوتا ہے کہ اس سے ایک کیمیائی جز "ڈوپامین" دماغ میں بنتا ہے جو فرحت و مسرت کا احساس جگاتا ہے۔

ظالم رب کی گرفت میں آجائینگے

اپنے گھر کے چاروں طرف گھوم کر روزانہ اگر 3 مرتبہ یٰسین شریف پڑھ لیا کریں۔ اپنے گھر کے در پر آیۃ الکرسی پڑھ لیا کریں۔ ان مشکلات سے نجات مل جایا کریگی گھریلو تفکرات اور سازشوں سے بچنے کیلئے بہترین دعا ہے۔ روزانہ 101 مرتبہ پڑھی جائے تو حاسدوں کا ہر حربہ ختم ہوجاتا ہے۔ اَللّٰھُمَّ اِنَّا نَجْعَلُکَ فِیْ نُحُوْرِھِمْ وَنَعُوْذُبِکَ مِنْ شُرُوْرِھِمْ یَا قَوِیُّ یَا قَوِیُّ جو طاقت قوت عطا ہوگی یَا بَارِئُ یَا کَرِیْمُ یَا وَھَّابُ نہیں۔ یہ چیزیں آپ کو زندگی کا وہ مزہ دینگی جس کے آپ متلاشی ہیں۔ (ڈاکٹر ایم اے کاظمی)

لکنت کیلئے

پھٹکڑی سفید سفوف کرلیں اور متاثرہ مریض جب سو رہا ہو اس کے منہ میں ایک ماشہ پھٹکڑی سفوف ڈال دیں تقریباً ماہ سے ڈیڑھ ماہ استعمال کروائیں۔ اللہ کے فضل سے یقینی فائدہ ہوگا۔ (محمد علی انصاری' کوئٹہ)

پانی پر اللہ کے نام لینے کے اثرات

آب زمزم اور عام پانی کے حوالے سے نئی باتیں سامنے آئی ہیں جن سے اس بات کا بین اظہار ہوتا ہے کہ آب زمزم دنیا میں اللہ تعالیٰ کی جانب سے ایک انعام ہے ایک معجزہ ہے اور اس کا ایک قطرہ دنیا میں پائے جانے والے پانی کے ذخیروں کے مقابلے میں انتہائی اہم اور قیمتی ہے

معروف جاپانی تحقیق کار اور پروفیسر "مسارو ایموتو" کا کہنا ہے کہ اللہ تعالیٰ کا بابرکت نام لینے اور پانی پر دم کرنے سے اس کی خاصیت تبدیل ہوجاتی ہے جبکہ اس پانی کی اثر پذیری میں بھی انتہائی اضافہ ہوجاتا ہے۔ پانی پر قرآن پاک کی آیات اور خاص طور پر "بسم اللہ الرحمٰن الرحیم" پڑھ کر دم کرنے کے بعد اس قطرے کا انتہائی طاقتور خوردبین سے معائنہ کیا گیا تو انکشاف ہوا کہ پانی کے قطرے نے اپنی شکل پھول کی طرح بنالی اور ایسا دکھائی دے رہا تھا کہ پانی کے قطرے نے کلام الٰہی کا اثر قبول کیا ہے اور شگفتہ انداز میں دکھائی دے رہا ہے جبکہ یہ بھی ریکارڈ کیا گیا کہ جب پانی کے ایک قطرے پر شیطانی کلمات پڑھے گئے اور برے الفاظ ادا کرکے اس پر دم کیا گیا تو خوردبین کی مدد سے یہ دکھائی دینے لگا کہ پانی کے اس قطرے نے اپنی شکل تبدیل کرلی اور اس کی ہیئت انتہائی خراب دکھائی دینے لگی۔

ان کا کہنا تھا کہ ایڈولف ہٹلر، چنگیز خان اور مشہور معروف قاتلوں کے نام لینے سے پانی کی ہیئت تبدیل ہوگئی اور اس کی شکل ڈراؤنی بن گئی جبکہ اللہ کا نام لینے سے پانی کی خوردبینی شکل انتہائی خوبصورت ڈیزائن یا پھول میں تبدیل ہوگئی۔ اپنی طویل تحقیق میں دنیا کو حیران و ششدر کردینے والے جاپانی سائنسدان کا یہ بھی کہنا ہے کہ کھانا کھانے اور پانی پینے سے پہلے بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھنے کے اسلام کے حکم کا تحقیق کے بعد پتہ چلا ہے کہ اس کے کتنے روحانی فوائد ہوتے ہیں۔ جاپانی پروفیسر نے حال ہی میں آب زم زم پر بھی سیر حاصل تحقیق کی ہے اور ان کا استدلال ہے کہ آب زم زم کی بعض خصوصیات کا پتہ ضرور لگایا گیا ہے لیکن ابھی تک آب زم زم کی مکمل خاصیت اور بالخصوص ہیئت ترکیبی کا پتہ چلانا تحقیق کے مراحل میں ہے۔ پروفیسر مسارو ایموتو ایک تحقیقی انسٹیٹیوٹ چلاتے ہیں اور وہ گزشتہ دو دہائیوں سے پانی کی خصوصیات اور اس پر اثر انداز ہونے والے عوامل بالخصوص قرآنی آیات کی اثر پذیری اور انسانی جنس و روح پر اس کے ہونے والے اثرات کا مطالعہ کررہے ہیں۔ انہوں نے آب زم زم کے حوالے سے اس بات کا انکشاف کیا ہے کہ یہ دنیا کا واحد پانی ہے جو اثر پذیری میں بے مثال ہے اور اگر اس پر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ کر دم کرلیا جائے تو اس کے اثرات میں کئی گنا اضافہ ہوجاتا ہے۔ ان کا یہ بھی کہنا ہے کہ ہر بار کی جانے والی تحقیق میں آب زم زم اور عام پانی کے حوالے سے نئی باتیں سامنے آئی ہیں جن سے اس بات کا بین اظہار ہوتا ہے کہ آب زم زم دنیا میں اللہ تعالیٰ کی جانب سے ایک انعام ہے ایک معجزہ ہے اور اس کا ایک قطرہ دنیا میں پائے جانے والے پانی کے ذخیروں کے مقابلے میں انتہائی اہم اور قیمتی ہے۔ دیگر پانی کے کئی گلاسوں کے برابر پانی میں جب آب زم زم کا ایک قطرہ ملایا تو یہ دیکھ کر انتہائی حیرانی ہوئی کہ آب زم زم کے اثرات اس سارے پانی میں دکھائی دینے لگے۔ مسارو نے یہ بھی کہا کہ ان کی جانب سے کی جانے والی تحقیق اور مسلسل تحقیق میں اس بات کا بھی پتہ چلا ہے کہ ہم عام پانی کی خصوصیات کو تبدیل کرسکتے ہیں لیکن تمام کوششوں کے باوجود آب زم زم کی خاصیت کو تبدیل نہیں کیا جاسکا جس پر ان کو بھی حیرانی ہوئی ہے۔

پروفیسر مسارو ایموتو کا استدلال ہے کہ پانی میں اللہ نے قوت سماعت، گویائی اور یادداشت رکھی ہے جبکہ اس میں ماحول سے متاثر ہونے کی بھی صلاحیت ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ اگر تحقیق کی جائے تو یقیناً یہ بات درست ثابت ہوگی کہ اللہ کے کلام کا پانی پر اثر الگ الگ ہوتا ہے لیکن ہمیں اس کیلئے الگ شعبہ تحقیق قائم کرنا ہوگا کیونکہ اس کی وسعت ناقابل بیان ہے۔ پروفیسر ایموتو کا کہنا ہے کہ قدرت کی بنائی ہوئی ہر شے حتیٰ کہ پانی میں بھی ایسی صلاحیت ہے کہ وہ اللہ کا شعور رکھتا ہے بلکہ اس کا ذکر بھی کرتا ہے۔ دم والے پانی کے اثرات بھی اسی طرح ہوتے ہیں تب ہی اس کا فائدہ ہوتا ہے۔

سنت نبوی ﷺ اور جدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب "سنت نبوی ﷺ اور جدید سائنس" ضرور پڑھیں۔

سرسوں کے تیل کا کمال

میں نے سرسوں کے تیل پر 1001 بار سورہ کافرون دم کی ہے۔ اب میں یہ تیل لوگوں / مریضوں کو استعمال کراتا ہوں۔ الحمدللہ میں نے یہ تیل جس کسی کو بھی مالش کیلئے دیا اللہ ان کو شفا دے رہا ہے۔ **(محمد ادریس، ایبٹ آباد)**

مسواک سے شفاء

محمد اشفاق، خانپور

آپ نے مسواک کے فائدے بتائے تھے۔ میں نے بھی گھر آکر اپنی جیب میں مسواک سجالی جس سے مجھے حیرت انگیز فائدے ہوئے

محترم حکیم صاحب! السلام علیکم اللہ کریم کا میں شکرگزار ہوں جس نے اتنی ساری نعمتیں عطا کیں اور مجھے توفیق دی نماز پڑھنے کی، ذکر و اذکار کی اب میں فرض عبادات کے ساتھ ساتھ نفلی عبادات بھی ادا کرنے لگ گیا ہوں۔ یہ سب میرے رب کی خصوصی نعمت جو کہ آپ کے ساتھ اصلاحی تعلق کی بدولت ہے۔ آپ کے بتائے ہوئے طریقے کے مطابق صبح و شام 3,3 تسبیحات پڑھ رہا ہوں اور قرآن پاک کی تلاوت بھی کررہا ہوں۔ اللہ تاحیات مجھے اس کا پابند رکھے۔ محترم حکیم صاحب! میں نے آپ کی روحانی کلاس میں بھی شرکت کی تھی۔ اس میں آپ نے مسواک کے فائدے بتائے تھے۔ میں نے بھی گھر آکر اپنی جیب میں مسواک سجالی جس سے مجھے حیرت انگیز فائدے ہوئے۔ میرے رزق میں برکت ہوئی، میری کافی بیماریاں خاص کر پیٹ کی اس مسواک کی برکت سے اللہ نے صحیح کردیں۔

حکیم صاحب اب آپ کے ساتھ تعلق کے نتیجے میں جادو کا کوئی بھی وار ہم پر نہیں چلتا اور کوئی کچھ بھی ہمارے خلاف کرے مجھے وہ خود بخود صاف نظر آجاتا ہے۔ میں گزشتہ 15 ماہ سے بیروزگار اور تنگدستی کی وجہ سے بہت پریشان تھا ہم بہن بھائیوں کے رشتے بھی نہیں ہورہے تھے جو کوئی دیکھنے آتا پسند کرنے کے بعد کچھ دن بعد انکار کردیتا۔ لیکن اب ہماری پریشانیاں کم ہورہی ہیں میرے دل میں آخرت بہتر کرنے کا شوق پیدا ہوگیا ہے اور دن بدن اس میں اضافہ ہورہا ہے۔

آنکھوں کے درد کا علاج

آنکھوں پر خالص دودھ کی بالائی کسی کپڑے پر رکھ کر باندھ دیں اس دوران آنکھیں کم از کم پانچ گھنٹے بند رکھیں، آنکھوں کے ہر مرض کی شفا اس میں ہے۔ **(حکیم مرزا منور بیگ)**

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ **(ادارہ)**

مہوش اسلم لاہور

عورت کی زندگی میں سکون کیوں نہیں؟

ایسی ماں جس نے اپنی ذمہ داری کا احساس ہی نہ کیا بلکہ اپنے بچوں کو ٹی وی پر آنے والی عورتوں کے رحم و کرم پر چھوڑ دیا جن کی تمام تربیت کا خلاصہ یہ تھا کہ زندگی صرف اپنی خواہشات کو پورا کرنے کا نام ہے

آج کے دور کی باطل قوتوں نے مسلمان عورتوں کو اپنے جال میں پھنسانے کیلئے یہ باور کرانے کی کوشش کی ہے کہ اگر گھروں سے باہر نہ نکلیں تو معاشرے میں ترقی نہیں ہو سکتی ہوس کے پجاری مردوں نے ہر دور میں استحصال کیا ہے۔ جیسے جیسے خواتین ان کے نعروں منصوبوں اور سازشوں پر عمل پیرا ہوں گی اتنی ہی تکالیف و پریشانیاں ان کو اٹھانی پڑیں گی۔ اس بارے میں قرآن و حدیث میں تو اتنا کچھ ہے کہ عقل والوں کو کسی اور چیز کی ضرورت ہی نہیں۔

ہر دور اور دنیا کے ہر مذہب میں جب تک عورت گھر کی چار دیواری میں رہ کر اپنے فرائض بخوبی انجام دیتی رہی معاشرے میں سکون ہی سکون رہا۔ مرد گھر کی ساری ذمہ داریوں کو عورت کے سپرد کر کے اطمینان کے ساتھ باہر کی دنیا میں کامیابی اور کامرانی سے ہمکنار ہوتا رہا اور ترقی اس کے قدم چومتی رہی۔ ماں کی شفیق گود میں پروان چڑھ کر بچہ اپنے وطن کا جانباز سپاہی، اپنی قوم کا خادم اور اپنے دین و دھرم کا علمبردار اور مجاہد بنتا رہا۔

آج کی عورت کیا گل کھلا رہی ہے؟ مغربی تہذیب کی اندھی تقلید میں اپنے اعلیٰ و ارفع فرائض کو بھول چکی ہے۔ تقریباً ہر دوسری عورت مردوں کی برابری کے چکر میں اپنی بربادی کی طرف رواں دواں ہے۔ بغیر ضرورت کے بھی ہر کالج زدہ تعلیم یافتہ لڑکی کی خواہش جاب ہے جسے وہ موٹی ویشن سمجھ رہی ہے کہ باہر نکل کر کچھ کرنا چاہیے۔ حالانکہ عورت کیلئے ''کچھ کرنے کا'' مقام گھر ہی ہے اور اسی دائرے سے نکل کر وہ متعدد روحانی اور جسمانی بیماریوں کا شکار ہوتی ہے۔

کماؤ عورت کی حالت دن بدن بدتر ہوتی جارہی ہے لیکن افسوس اسے ہوش نہیں۔ اس کی کمائی سے ''معیار زندگی'' ضرور بڑھ گیا ہے لیکن فیملی لائف اور ازدواجی زندگی منتشر ہو رہی ہے۔

مشہور مفکر ڈاکٹر الیکسس کیرل اپنی عالمی شہرت یافتہ کتاب "Man The Unknown" میں لکھتا ہے۔

''ہم مغربی لوگ اخلاقی طور پر انتہائی پست سطح پر گر چکے ہیں ہم گھٹیا اور بدقسمت لوگ ہیں''

یورپ اور امریکہ کا نام نہاد مہذب معاشرہ جس نے انسانی تہذیب کو کب کا خیر آباد کہہ دیا اب ایک حیوانی معاشرہ بن چکا ہے۔ جاہلی تہذیب نے ان کو انسانیت کے مقام سے گرا کر پستیوں کی کھائیوں میں دھکیلا ہے اور پھر حیرت یہ ہے کہ وہ اس تہذیب کو جدید تہذیب کہتے ہیں حالانکہ یہ کوئی جدید تہذیب نہیں بلکہ اس تہذیب کی تاریخ اتنی ہی پرانی ہے جتنی کہ ابلیس کی ابلیسیت اور شیطانیت کی تاریخ پرانی ہے۔

کیا کوئی مسلمان ماں یہ تصور کر سکتی ہے کہ وہ بیماری کی حالت میں چارپائی پر پڑی ہو اسے ایک گلاس پانی کی ضرورت پیش آئے ...... لیکن اس ''ماں'' کو ایک گلاس پانی دینے والا بھی کوئی نہ ہو۔ یہ بات نہیں کہ گھر میں کوئی نہیں یا اس کی اولاد نہیں ...... گھر میں سب ہیں ...... اس کے جوان بیٹے اس کی بیٹیاں لیکن آزاد زندگی گزارنے والے ...... ہم آزاد ہیں جو چاہے کریں کے نعرے لگانے والے ...... ہر ایک کو اپنی زندگی اپنی مرضی سے گزارنے کا حق ہے جیسے نظریے کے علمبردار ...... اپنے اپنے کمروں میں ...... اپنی ذاتی مصروفیات میں مست ...... شخصی زندگی جینے میں مدہوش ہیں ...... اور ماں کو ایک گلاس پانی دینے کی کسی کو فرصت نہیں ماں بیماری کی حالت میں کس کو پکارے ...... کوئی نہیں۔

لیکن اس ماں کو کسی سے گلہ شکوہ کرنے کا کیا حق ہے؟ سب سے پہلے اسے اپنے آپ سے سوال کرنا چاہیے کہ اس نے اپنے بچوں کی تربیت پر کتنا وقت خرچ کیا؟ کیا بچے اس کے سکھائے ہوئے اصول، اخلاق کی تعلیم اسکرین اور کمپیوٹر پر گیم کھیلتے گزر گیا؟ اس کو اپنے آپ سے ضرور پوچھنا چاہیے کہ اس کی اولاد کی تربیت میں اس کا ہاتھ زیادہ ہے یا ان اجنبی عورتوں کا جو ٹی وی کی سکرین پر آ کر ان کے بچوں کو حیوانیت کا درس دیتی رہیں اور جاہلی تہذیب کی طرف لے جاتی رہیں؟ پھر اس ماں کو اس بات پر بھی غور کرنا چاہیے کہ جس وقت معصوم بچے کا معصوم ذہن ٹی وی پر دکھائی جانے والی گندگی اور غلاظت میں لت پت ہو رہا تھا اس وقت یہ ماں کہاں تھی؟

ایسی ماں جس نے اپنی ذمہ داری کا احساس ہی نہ کیا بلکہ اپنے بچوں کو ٹی وی پر آنے والی عورتوں کے رحم و کرم پر چھوڑ دیا جن کی تمام تربیت کا خلاصہ یہ تھا کہ زندگی صرف اپنی خواہشات کو پورا کرنے کا نام ہے۔ اپنے خوابوں میں رنگ بھرنے کا اس زندگی کو رنگین بنانے اور جو دل چاہے بغیر کسی روک ٹوک کے اس کو گزارنے کا نام ہی زندگی ہے۔ رشتے ناطے پیار محبت، ماں باپ، بھائی بہن یہ سب وقت کا ضیاع ہے جس میں پرانے لوگوں نے خود کو پھنسائے رکھا۔ یہ نیا دور ہے ...... آزادی کا دور ...... روشن خیالی کا دور ...... خواہشات کو پروان چڑھانے کا دور ......

یقیناً ایسے خیال ہی سے مشرق کی مائیں کانپ اٹھیں گی۔ اس وقت اگر باطل کی دن رات کی کوششوں اور آئے روز نت نئے منصوبوں کا جائزہ لیا جائے تو یہ بات سامنے آتی ہے کہ عورتوں کے استحصال پر قوتیں صرف کی جارہی ہیں تاکہ مسلمان معاشرے کی بنیاد اور ابتداء ہی سے بیخ کنی کی جاسکے۔

آج کی ماؤں بہنوں نے اگر اپنی ذمہ داریوں کا احساس نہیں کیا تو موجودہ مغربی تہذیب کے دگرگوں حالات آپ سے بہت دور نہیں بلکہ آپ کے دروازے پر دستک دے رہے ہیں بلکہ اگر کہا جائے کہ گھروں میں داخل ہو رہے ہیں تو غلط نہ ہوگا۔ دشمن جس کے خلاف یلغار کرے وہی اس کو اچھی طرح سے روک سکتا ہے اور مقابلہ کر سکتا ہے۔

ضروری تو نہیں کہ اپنا کردار ادا کرنے کیلئے مغربی تہذیب میں ڈوبا جائے۔ ایسا کیسے ہو سکتا ہے کہ آپ مغرب کے طرز پر چل کر ان کی نقل کر کے ان کا مقابلہ کر سکیں جبکہ اللہ نے آپ کو ان سے زیادہ عزت والا بنایا ہے۔ بقول اقبالؒ

اپنی ملت پر قیاس اقوام مغرب سے نہ کر
خاص ہے ترکیب میں قوم رسول ہاشمی

شوگر کا علاج

هوالشافی: کلونجی، دار چینی، اندر جو تلخ، بادام گری، بھنے ہوئے چنے تمام چیزیں 100 گرام لیتی ہیں۔

ترکیب: ان پانچ چیزوں کو گرائنڈ کر کے ایک چھوٹی چمچ روزانہ نہار پیٹ اور اگر شوگر زیادہ ہو تو بڑی ایک چمچ استعمال کریں۔ یہ نسخہ راولپنڈی میں ایک دکاندار شوگر کیلئے مفت دیتا ہے اور بہت سے لوگ اس سے مستفید ہوئے ہیں۔

حضرت خضر علیہ السلام سے خواب میں ملا عمل

حافظ منیب انور، بہاولپور

ایک بزرگ نے حضرت خضر علیہ السلام سے درخواست کی کہ مجھے کوئی عمل بتائیے جو میں رات میں کیا کروں۔ انہوں نے فرمایا مغرب سے عشاء تک نوافل میں مشغول رہا کرو اور ہر رکعت میں ایک مرتبہ سورۃ فاتحہ اور تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھتا رہا کر۔

کیا آپ جنت میں انبیاء کرامؑ سے ملاقات کر کے اپنی دعائیں قبول کروانا چاہتے ہیں: اگر ہاں ..... تو اسے پڑھیے ہمارے حضرت شیخ المشائخ قطب الارشاد شاہ ولی اللہ صاحب نور اللہ مرقدہٗ نے اپنی کتاب ''نوادر'' میں بہت سے مشائخ تصوف اور ابدال حضرات کے ذریعے سے حضرت خضر علیہ السلام سے متعدد اعمال نقل کیے ہیں اگرچہ محدثانہ حیثیت سے ان پر کلام ہے لیکن کوئی فقہی مسئلہ نہیں جس میں قطعی دلیل اور رجحت کی ضرورت ہو۔ مبشرات اور مناجات میں سے ہیں۔ بیان کرتے ہیں کہ ابدالین میں سے ایک بزرگ نے حضرت خضر علیہ السلام سے درخواست کی کہ مجھے کوئی عمل بتائیے جو میں رات میں کیا کروں۔ انہوں نے فرمایا مغرب سے عشاء تک نوافل میں مشغول رہا کرو اور ہر رکعت میں ایک مرتبہ سورۂ فاتحہ اور تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھا کرو۔ عشاء کے بعد بغیر بات کیے اپنے گھر چلے جاؤ اور وہاں جا کر دو رکعت نفل پڑھو ہر رکعت میں ایک دفعہ سورۂ فاتحہ اور سات مرتبہ سورۂ اخلاص' نماز کا سلام پھیرنے کے بعد ایک سجدہ کرو جس میں سات دفعہ استغفار' سات دفعہ درود شریف اور سات مرتبہ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ سجدہ سے سر اٹھا کر دعا کیلئے ہاتھ اٹھاؤ اور یہ دعا پڑھو یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ یَا ذَا الْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ یَا اِلٰہَ الْاَوَّلِیْنَ وَالْاٰخِرِیْنَ یَا رَحْمٰنَ الدُّنْیَا وَالْاٰخِرَۃِ وَرَحِیْمَھُمَا یَارَبِّ یَارَبِّ یَارَبِّ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ یَااَللّٰہُ

پھر اسی حالت میں ہاتھ اٹھائے ہوئے کھڑا ہو جا اور کھڑے ہو کر پھر یہی دعا پڑھ۔ پھر سجدہ میں جا کر یہی دعا پڑھ۔ پھر دائیں کروٹ پر قبلہ کی طرف منہ کر کے لیٹ جا اور سونے تک درود شریف پڑھتا رہ۔ جو شخص یقین اور نیک نیتی کے ساتھ اس عمل پر مداومت کرے گا مرنے سے پہلے حضور اقدس ﷺ کو ضرور خواب میں دیکھے گا۔

بعض لوگوں نے اس کا تجربہ بھی کیا ہے' انہوں نے دیکھا کہ وہ جنت میں گئے وہاں انبیاء کرام علیہ السلام کی زیارت اور رسید المرسلین ﷺ سے ملاقات اور بات کرنے کا شرف بھی حاصل ہوا۔

اس ملاقات کے دوران آپ اپنی کوئی درخواست بھی پیش کر سکتے ہیں قوی امید ہے کہ وہ عرض ضرور قبولیت کا درجہ حاصل کرے گی۔ اس عمل کے بہت سے فضائل ہیں جن کو میں نے اختصاراً چھوڑ دیا ہے جو کرے گا سو پائے گا۔ ذاتی طور پر عاجز کی رائے یہ ہے کہ اگر اس عمل کو نوچندے دنوں (وہ دن جو چاند کی 4 سے 10 تاریخ تک ہوتے ہیں) میں شروع کیا جائے تو جلد اثر پذیر ہونے کی توقع ہے۔ آخری گزارش یہ ہے کہ اپنی دعاؤں میں مجھے ضرور یاد رکھیے گا۔

دو انمول خزانے کی برکت

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ایک ٹیچر ہوں ہر مہینے بینک جانا ہوتا ہے تنخواہ کے سلسلے میں وہاں ایک لیڈی ورکر بھی ہوتی ہے ایک دن یونہی باتوں باتوں میں وہ بتانے لگی کہ میرا بیٹا دس سال کا ہو گیا ہے مگر اتنی پڑھائی کرتی ہوں آگے کوئی امید نہیں ہو رہی۔ میرے پرس میں انمول خزانے کی ایک کاپی ہر وقت موجود رہتی ہے۔ میں نے وہ انمول خزانے اس کو گفٹ کیے اور پڑھنے کا طریقہ بھی بتا دیا۔ پھر کچھ عرصہ بینک جانا نہ ہوا۔ کافی مہینوں کے بعد مجھے کسی اور نے بتایا کہ وہ امید سے ہے اور بہت خوش ہے۔ مجھے اندازہ ہو گیا کہ اس نے انمول خزانے پڑھے ہوں گے آخر کافی عرصے کے بعد میری اس سے ملاقات ہوئی گئی کیونکہ وہ چھٹی پر چلی گئی تھی۔ میں نے بے تاب ہو کر اس سے پوچھا تو اس نے بتایا کہ آپ کے انمول خزانے پڑھنے کے صرف ایک ماہ بعد ہی اللہ نے میرے اوپر کرم کر دیا اور اللہ نے اس کو ایک نہیں بلکہ دو بچوں سے نوازا اور وہ بہت خوش تھی۔ اس نے دو انمول خزانے کو بہت توجہ اور محنت سے پڑھا اور اللہ نے اس پر کرم کر دیا۔ محترم حکیم صاحب میں نے آج تک جب بھی کسی کو انمول خزانے پڑھنے کیلئے دیئے ہیں سب پر ہی اللہ نے اپنا خصوصی کرم کیا ہے۔

(منور سلطانہ، کلاہ موسیٰ)

چار سوال چار جواب

نصیر احمد، ایبٹ آباد

الٰہی عبداللہؓ بن عباسؓ کو کتاب اور حکمت سکھا دے۔ اس دعا کی بدولت حضرت عبداللہؓ کی علمی معلومات بہت وسیع تھیں

امیر المومنین حضرت عمرؓ اکثر اوقات حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے مسئلے پوچھتے رہتے تھے۔ حضرت عبداللہؓ بن عباسؓ کو حضور اکرم ﷺ کی دعا تھی۔ حضور ﷺ نے باری تعالیٰ کے حضور دعا فرمائی تھی کہ الٰہی عبداللہؓ بن عباسؓ کو کتاب اور حکمت سکھا دے۔ اس دعا کی بدولت حضرت عبداللہؓ کی علمی معلومات بہت وسیع تھیں۔

ایک دفعہ ایک نصرانی بادشاہ نے چند سوالات لکھ کر حضرت عمرؓ کے پاس بھیجے۔ ان کے جوابات آسمانی کتابوں کی رو سے دینے کا مطالبہ کیا۔ سوالات درج ذیل ہیں:۔

پہلا سوال: ایک ماں کے شکم سے دو بچے ایک دن ایک ہی وقت پیدا ہوئے۔ پھر دونوں کا انتقال بھی ایک ہی دن ہوا۔ ایک بھائی کی عمر سو سال بڑی اور دوسرے کی سو سال چھوٹی ہوئی۔ یہ کون تھے؟ اور ایسا کس طرح ہوا؟ **دوسرا سوال:** وہ کونسی زمین ہے کہ جہاں ابتدائے پیدائش سے قیامت تک صرف ایک دفعہ سورج کی کرنیں لگیں نہ پہلے کبھی لگی تھیں نہ آئندہ کبھی لگیں گی **تیسرا سوال:** وہ کونسا قیدی ہے جس کی قید خانہ میں سانس لینے کی اجازت نہیں اور وہ بغیر سانس لیے زندہ رہتا ہے۔ **چوتھا سوال:** وہ کونسی قبر ہے جس کا مردہ بھی زندہ اور قبر بھی زندہ اور قبر اپنے مدفون کو سیر کراتی پھرتی تھی۔ پھر وہ مردہ قبر سے باہر نکل کر کچھ عرصہ زندہ رہ کر وفات پایا۔ حضرت عمرؓ نے حضرت عبداللہ بن عباسؓ کو بلایا اور فرمایا کہ ان سوالات کے جوابات لکھ دیں۔ حضرت عبداللہؓ نے قلم برداشتہ جواب تحریر فرمایا۔

پہلا جواب: جو دونوں بھائی ایک دن ایک ہی وقت پیدا ہوئے اور دونوں کی وفات بھی ایک ہی دن ہوئی اور ان کی عمر میں سو سال کا فرق۔ یہ بھائی حضرت عزیر علیہ السلام اور حضرت عزیر علیہ السلام تھے۔ یہ دونوں بھائی ایک دن ایک ہی وقت ماں کے بطن سے پیدا ہوئے ان دونوں کی وفات بھی ایک ہی دن ہوئی۔ لیکن بیچ میں حضرت عزیر علیہ السلام کو اپنی قدرت کاملہ دکھانے کیلئے پورے سو سال مارے رکھا۔ سو سال موت کے بعد اللہ تعالیٰ نے زندگی بخشی۔ سورۂ آل عمران میں یہ ذکر موجود ہے۔ ''وہ گھر گئے پھر کچھ عرصہ مزید زندہ رہ کر رحلت فرمائی۔'' دونوں بھائیوں کی وفات بھی ایک دن ہوئی۔ اس لیے حضرت عزیر علیہ السلام (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

کالے جادو سے تڑپتے سسکتے انوکھے خط اور شافی علاج ⁝ **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** ⁝ کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

ملازمت اور شادی | جنات کا اثر | ہر مرض کا علاج | مشترکہ فیملی کے مسائل | کاروبار میں مسلسل گھاٹا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ تو جہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی کو ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

ستاروں کی گردش سے قسمت کا حال

میں بہت مایوس ہو کر گھر جا رہا تھا تو راستے میں ایک نجومی کو میں نے اپنا ہاتھ دکھایا۔ میں جانتا ہوں کہ یہ گناہ ہے مگر میں مجبور تھا، اس نجومی نے میرے بارے میں بہت سی باتیں بتائیں ان میں سے ایک بات میرے دل کو لگی۔ اس نے کہا کہ میرا ستارہ گردش میں ہے اور یہ حقیقت بھی ہے کیونکہ میں جو بھی کام کرتا ہوں ناکام ہو جاتا ہوں۔ کوئی آسان سا عمل بتائیں کہ میرا ستارہ گردش سے نکل جائے اور میں ہمیشہ کامیاب رہوں۔ **(شبیر اصغر، گجرات)**

جواب: قسمت کا حال اللہ تعالیٰ کے سوا کوئی نہیں جانتا اس لیے کسی بھی نجومی کا یہ کہنا کہ ستارہ گردش میں ہے یا گردش میں نہیں ہے بالکل احمقانہ بات ہے۔ ایسی باتوں پر یقین نہیں کرنا چاہیے۔ مایوسی اور پریشانی میں نماز اور عبادت سے مدد لینی چاہیے آپ بھی ایسے کڑے وقت میں اللہ تعالیٰ سے مدد مانگئے اللہ تعالیٰ یقیناً آپ کی پریشانیوں کو دور فرما دینگے۔ بطور روحانی علاج آپ اٹھتے بیٹھتے چلتے پھرتے غرض جہاں تک ہو سکے یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ پڑھتے رہا کریں۔ اس کے علاوہ محنت کرتے رہیں۔ اگر ملازمت نہیں مل رہی تو کوئی بہت ہی معمولی پیمانے پر کاروبار شروع کر دیں۔ اگر تعلیم یافتہ ہیں تو ٹیوشن پڑھانا شروع کر دیں۔ مطلب یہ ہے کہ بے کار نہ بیٹھیں کچھ نہ کچھ کرتے رہیں۔

کاروبار میں مسلسل گھاٹا

میری شادی کو گیارہ سال ہو گئے ہیں۔ ماشاءاللہ تین بیٹے ہیں۔ اچھے کھاتے پیتے کاروباری گھرانے میں میری شادی ہوئی۔ میرے شوہر اپنے بھائیوں میں سب سے چھوٹے ہیں اب مسئلہ یہ ہے کہ ان کا کوئی دوست ان سے کہتا ہے کہ آؤ مل کر کاروبار کرتے ہیں تو میرے شوہر نا صرف اپنا پیسہ بلکہ کسی اور کا بھی پیسہ اپنی گارنٹی پر لے کر اس دوست کو کاروبار کیلئے دے دیتے ہیں۔ کچھ عرصے بعد ہی وہ کہتا ہے کہ نقصان ہو گیا۔ لہٰذا سارا نقصان میرے شوہر کو بھرنا پڑتا ہے کیونکہ انہوں نے اپنی ضمانت پر دوسرے لوگوں سے پیسہ لے کر لگوایا تھا۔ یہ قصہ دو تین بار سے زیادہ ہو چکا ہے۔ دو سال قبل تو جو نقصان ہوا وہ ابھی تک پورا نہیں ہو سکا کیونکہ یہ نقصان کروڑوں کا تھا۔ ہم جائنٹ فیملی میں رہتے ہیں اور کاروبار بھی مشترکہ ہے۔ میرے شوہر نے جائنٹ اکاؤنٹ سے پیسے نکلوا کر اپنے دوستوں کا نقصان بھرا ہے۔ میں بہت پریشان ہوں کہ جب یہ بات کھلے گی تو گھر والے کس قدر ناراض ہوں گے۔ شوہر گھر اور بچوں پر بھی بالکل توجہ نہیں دیتے۔ **(راحت، کراچی)**

جواب: آپ جائنٹ فیملی میں رہتی ہیں اس لیے ضروری ہے کہ شوہر صاحب کے کرتوتوں پر پردہ نہ ڈالا جائے بلکہ ان کے بھائیوں اور والدین کے علم میں یہ سب باتیں آنی چاہئیں تاکہ وہ لوگ کچھ تدارک کر سکیں۔ جائنٹ اکاؤنٹ میں سے کروڑوں روپے نکال لینا آخر کب تک چھپا رہ سکتا ہے۔

آپ اول و آخر تین تین بار درود شریف کے بعد ایک ہزار ایک بار رَبِّ اَوْ زِعْنِیْ پڑھ کر کھانے پر دم کریں اور یہ کھانا شوہر کو کھلا دیا کریں۔ یہ عمل مستقل کرتی رہیں گی تو شوہر آپ اور بچوں پر توجہ دینے لگیں گے۔

ملازمت اور شادی

میں اپنی خالہ زاد سے محبت کرتا ہوں۔ وہ عمر میں مجھ سے تین سال بڑی ہے۔ میں اس سے شادی کرنا چاہتا ہوں اور چاہتا ہوں کہ وہ بھی مجھ سے پیار کرے اور میری خالہ خود اپنی بیٹی کا رشتہ لے کر ہمارے گھر آئیں۔ میں بی کام پارٹ ون کا طالب علم ہوں اور بے روزگار ہوں۔ تین چار بار انٹرویو دیا لیکن کامیاب نہیں ہو سکا۔ مہربانی کر کے کوئی اچھا سا وظیفہ بتائیں کہ مجھے کوئی اچھی سی ملازمت مل جائے اور میرا شادی والا مسئلہ بھی حل ہو جائے۔ **(محمد فیاض، کراچی)**

جواب: آپ کے پاس تعلیم ہے اور نہ ہی کوئی اور ہنر۔ اس کے ساتھ ہی آمدنی کا کوئی ذریعہ بھی نہیں لیکن شادی کیلئے کمربستہ ہیں؟؟؟ آپ نے یہ نہیں سوچا کہ بالفرض اگر آپ کی شادی ہو بھی گئی تو شادی کے بعد بیوی بچوں کے اخراجات کیسے پورے کریں گے۔ آپ کیلئے سب سے اچھا وظیفہ یہ ہے کہ پہلے دل لگا کر اپنی تعلیم مکمل کیجئے۔ اعلیٰ تعلیم حاصل کر لیں گے تو پھر ملازمت کے دروازے بھی کھل جاتے ہیں۔ محض انٹر یا بی اے پاس کو ملازمت آسانی سے نہیں ملتی۔

جہاں تک خالہ زاد سے پسند کا تعلق ہے تو اس کیلئے وظیفہ پڑھنے کی بجائے اپنی والدہ سے کہیں کہ وہ آپ کا رشتہ لے کر لڑکی کے گھر خود جائیں کیونکہ لڑکی والے اپنی بیٹی کا رشتہ خود نہیں دیا کرتے۔ آپ ہر نماز کے بعد ایک سو گیارہ مرتبہ یَا اَللّٰہُ یَا رَحْمٰنُ یَا رَحِیْمُ پڑھ کر دعا کیا کریں۔

پرسکون زندگی

میں پانچ بھائیوں میں سب سے چھوٹا ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں غلط صحبت کا شکار ہو گیا ہوں۔ میرے دو آپریشن بھی ہو چکے ہیں۔ ڈاکٹر سے مشورہ کیا تو وہ کہتے کہ شادی کر لو ٹھیک ہو جاؤ گے مگر میں شادی کے بارے میں گھر والوں سے نہیں کہہ سکتا کیونکہ کچھ خاندانی مسائل ہیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ ہمارے پاس بہت کچھ ہے۔ میری اپنی دکان ہے۔ میں خود صبح سے شام تک دکان پر ہوتا ہوں۔ میرا دل گھبراتا رہتا ہے۔ اکثر پریشان ہو کر خود کلامی کرتا ہوں۔ مجھے کوئی وظیفہ بتائیں کہ میری شادی بھی ہو جائے اور میں پرسکون زندگی بھی گزار سکوں۔ **(فیصل بلوچ، کراچی)**

جواب: غلط صحبت سے چھٹکارا پانے کیلئے آپ زیادہ سے زیادہ استغفار پڑھا کیجئے۔ کوشش کریں کہ ہر وقت باوضو رہیں اور نماز پابندی سے ادا کرتے رہیں۔ شادی کیلئے آپ درود ابراہیمی کی گیارہ تسبیح اس طرح پڑھیں کہ وہ تین دن میں ختم ہو جائیں اس میں وقت کی کوئی پابندی نہیں۔ یہ عمل آپ ہر ہفتے کریں۔ درود شریف کی برکت سے آپ کی شادی کا مسئلہ بھی حل ہو جائے گا اور دیگر مسائل سے بھی چھٹکارا مل جائیگا۔

میاں بیمار ہیں

میری شادی کو بیس سال ہو چکے ہیں۔ میری شادی کے فوراً

بعد میاں بیرون ملک چلے گئے اور تقریباً دس بارہ سال ادھر رہے' پھر اچانک میرے میاں بیمار ہو کر پاکستان آگئے اب گھر ہی پر رہتے ہیں۔ بیمار ہیں اس لیے کوئی کام نہیں کرسکتے۔ ایک مکان کرائے پر دے رکھا ہے۔ ایک کار خریدی تھی کہ اس سے بھی آمدنی ہو جایا کرے گی مگر گاڑی بھی گھر پر کھڑی ہے۔ مکان کے کرائے سے گھر کا خرچ پورا نہیں ہوتا۔ اب مالی حالت خراب ہو چکی ہے۔ میرے اور شوہر کے درمیان لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ میں بیس سال سے معدے کی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ سر میں شدید درد رہتا ہے اس وجہ سے اونچی آواز سے بات بھی نہیں کرسکتی۔ دوسرا مجھے غصہ بہت آتا ہے۔ ماں باپ' میاں سب کو برا بھلا کہہ دیتی ہوں۔ میری گزارش ہے کہ کوئی ایسی دعا بتائیں کہ جس سے میری ساری پریشانیاں دور ہو جائیں۔ **(فرزانہ' راولپنڈی)**

جواب: آپ کے تمام مسائل بیماری اور معاشی حالات کی تنگی کی وجہ سے ہیں ان حالات میں لڑنے جھگڑنے کی بجائے صبر و تحمل سے کام لینا چاہیے۔ آپ تو شکر کیجئے کہ آپ کے پاس کم از کم مکان کا کرایہ تو آجاتا ہے جس سے گھر کا تھوڑا بہت خرچ چل جاتا ہے اگر یہ سہولت نہ ہوتی تو آپ کیا کرتیں؟ گھر کے اخراجات پر کنٹرول کیجئے۔ جہاں تک آپ کے غصے کا تعلق ہے تو آپ زیادہ سے زیادہ درود شریف پڑھا کیجئے اس سے آپ کے مزاج میں نرمی پیدا ہوگی اور صحت بھی بہتر ہوگی جب غصہ آیا کرے تو فوراً ٹھنڈا پانی پی لیا کریں اور اپنا دھیان دوسری باتوں میں لگا لیا کریں۔

ہر مرض کا علاج

میرے چہرے پر دو سال سے کالے رنگ کے دائرے بن رہے ہیں۔ شروع میں خارش ہو کر سرخ دانے نکلتے ہیں جو سفید ہو کر بڑھنا شروع ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹروں کا اس بیماری کے بارے میں کہنا ہے کہ یہ سورج کی شعاعوں کی وجہ سے ہوتی ہے۔ میں نے ہربل دوائی بھی استعمال کی مگر افاقہ نہ ہوا میرے ہاتھوں اور بازوؤں پر بھی یہ بیماری ہوگئی ہے۔ پلیز کوئی دعا کوئی ایسا ٹوٹکا بتائیں کہ یہ مرض ختم ہو جائے۔ **(ریحانہ' پشاور)**

جواب: عبقری کے سابقہ شماروں میں حسن و جمال پر روحانی وظیفہ شائع ہوا تھا لوگوں کو بہت فائدہ ہوا۔ آپ بھی پڑھیں۔ **یَا کَرِیْمُ یَا مُصَوِّرُ یَا جَمِیْلُ** کے علاوہ اگر آپ کے گھر میں آب زم زم ہو یا آپ کسی سے آب زم زم منگوا سکتی ہوں تو آپ آب زم زم کو دعا مانگ کر اپنے چہرے اور ہاتھوں پر لگائیں۔ چند ہی دنوں میں اللہ تعالیٰ کے حکم سے آپ افاقہ محسوس کرنے لگیں گی۔ آب زم زم کی یہ تاثیر ہے کہ اسے جس مرض اور جس خواہش کیلئے بھی پیا یا لگایا جائے اللہ تعالیٰ کے حکم سے وہ پوری ہو جاتی ہے۔

مشترکہ فیملی کے مسائل

میں مشترکہ فیملی میں رہتی ہوں۔ وہاں رہتے ہوئے بہت سے مسائل ہیں۔ میرے شوہر کا کاروبار اچھا چل رہا ہے میں چاہتی ہوں کہ ہم الگ گھر لے کر رہیں مگر میرے سسرال والے مجھے الگ نہیں کرنا چاہتے۔ میرے شوہر سمیت چھ بھائی ہیں۔ شادی صرف میرے شوہر کی ہوئی ہے۔ میری شادی کو سات سال ہو چکے ہیں۔ میری ساس اپنے دوسرے بیٹوں کی شادی نہیں کرنا چاہتیں۔ میری تین بیٹیاں ہیں۔ سارا کام مجھ اکیلی کو کرنا پڑتا ہے۔ گھر بھی چھوٹا سا ہے' سسر کے پاس پیسہ بھی بہت ہے لیکن وہ خود بڑا گھر لیتے ہیں اور نہ ہمیں الگ ہونے دیتے ہیں۔ لڑ جھگڑ کر الگ نہیں ہونا چاہتی۔ کوئی دعا بتائیں کہ یہ لوگ خود ہی مجھے الگ گھر کیلئے کہہ دیں۔ **(جمیلہ' فیصل آباد)**

جواب: آپ کے دیوروں میں سے جب تک کسی کی شادی نہیں ہوتی اس وقت تک تو آپ کا الگ ہونا مشکل ہے لہٰذا پہلے تو یہ دعا کریں کہ آپ کی ساس دوسرے بیٹوں کی بھی شادی کردیں۔ اپنے مسائل کے حل کیلئے آپ روزانہ ایک سو ایک بار اول و آخر تین تین بار درود شریف کے بعد سورۂ فاتحہ پڑھ کر دعا کیا کیجئے۔

جنات کا اثر

ہم نے کچھ عرصہ قبل گھر خریدا ہے۔ جو بہت اچھا اور کشادہ ہے لیکن عجیب بات ہے کہ گھر میں دل نہیں لگتا۔ رات کے وقت یوں لگتا ہے کہ جیسے صحن میں کوئی چل پھر رہا ہے۔ کبھی احساس ہوتا ہے کہ کوئی باورچی خانے میں گیا ہے۔ ہم سب الگ الگ کمروں میں ہوتے ہیں۔ اکثر یہ احساس ہوتا ہے کہ بھائی جان کمرے سے نکل کر امی کے کمرے میں گئے ہیں۔ یہ احساس اور نظارے ہم سب کو نظر آتے ہیں۔ لوگوں کا کہنا ہے کہ اس گھر پر اثرات ہیں۔ جنوں کا اثر ہے یا کوئی روح بھٹکتی رہتی ہے۔ ہم اس گھر کو چھوڑ بھی نہیں سکتے کہ آج کل دوسرا گھر خریدنا آسان کام نہیں لیکن اس گھر میں رہتے ہوئے بھی خوف محسوس ہوتا ہے کوئی دعا بتائیں کہ ہمیں اس مشکل سے نجات مل جائے۔

جواب: گھر سے جن اور آسیب وغیرہ کا اثر دور کرنے کیلئے روزانہ سورۃ العصر گیارہ مرتبہ چاروں کونوں میں اکتالیس دن پانی پر پڑھ کر چھڑکا کریں۔ انشاء اللہ مکان پر جو بھی اثرات ہیں وہ دور ہو جائیں گے۔ اس کے ساتھ ہی روزانہ صبح و شام تین بار آیت الکرسی پڑھ کر گھر کے دروازے پر پھونک دیا کریں۔ ہر آفت سے نجات ملے گی۔

دل ڈوبتا ہے

میرے والد کی عمر ستر سال ہے۔ وہ کمزور تو ہیں ہی لیکن گزشتہ تین مہینے سے دل کی تکلیف ہوگئی ہے۔ ایک دن اچانک بیٹھے بیٹھے ان کی طبیعت خراب ہوئی تو ہم انہیں ہسپتال لے گئے۔ ڈاکٹرز نے انہیں ایک ہفتے ہسپتال میں رکھا پھر گھر آگئے۔ اب بھی اکثر انہیں گھبراہٹ ہونے لگتی ہے اور دل ڈوبنے لگتا ہے۔ کوئی دعا بتائیں کہ میرے والد صحت یاب ہو جائیں۔ **(زینب' مدثر' گلاد موئی)**

جواب: آپ والد کی طرف سے غفلت نہ برتیں۔ ڈاکٹری علاج جاری رکھیں۔ اس کے ساتھ ہی والد صاحب سورۃ القصص کی آیت نمبر 24 گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کر کے پی لیا کریں۔ اس کے علاوہ والد صاحب کو جب بھی کھانے کیلئے کچھ دیں اس پر سات بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔

دھوکہ دہی

میرے شوہر نے ایک آدمی کو دو لاکھ روپے دیئے کہ وہ کسی کاروبار میں لگا دے۔ اس نے وہ پیسے ایک سنار کو دے دیئے۔ اس آدمی نے اپنے پیسے بھی اس سنار کے کاروبار میں لگائے ہوئے تھے۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ سنار اس آدمی کو پانچ سے چھ ہزار روپے ماہانہ دیتا ہے لیکن وہ آدمی ہمیں صرف پچیس سو روپے دیتا ہے باقی وہ خود رکھ لیتا ہے۔ ہمیں اس بارے میں پتہ چلا تو ہم نے اس سے پیسے مانگے مگر وہ مکر گیا۔ یہ شخص میرے شوہر کا رشتہ دار بھی ہے اور بہت چالاک ہے۔ اس شخص نے میرے شوہر سے قرض بھی لے رکھا ہے۔ کوئی دعا بتادیں کہ اس شخص کے دل میں رحم آجائے اور ہمارے پیسے واپس کردے۔ **(فرزانہ خان' لاہور)**

جواب: آپ کے شوہر نے سب سے بڑی غلطی یہ کی کہ کاروبار میں اچھی خاصی بڑی رقم لگائی اور جس شخص کے کاروبار میں لگوائی اس سے براہ راست ملاقات کی نہ بات کی۔ انہیں چاہیے تھا کہ اس شخص سے کاروبار کے لین دین کی بات خود کرتے اور بہتر ہوتا کہ یہ ساری کارروائی تحریری ہوتی تاکہ اس کی قانونی حیثیت بھی ہوتی۔ آپ ہر نماز کے بعد ایک ایک تسبیح **"یَا اَللّٰہُ یَا فَتَّاحُ"** اور **"یَا جَامِعُ"** پڑھ لیا کریں۔

ذکیہ افتخار بہاولنگر

پھلبہری سے نجات اور لاجواب حسن

دعائیں پڑھتے ہوئے گھر سے نکلیں۔ آیۃ الکرسی پڑھ کر گھر بچوں اور اپنے اوپر دم کریں۔ دعوت طعام میں داخل ہوں تو دعا پڑھیے کھانا شروع کریں تو تسمیہ اور دعا پڑھ کر کھانا شروع کریں۔ کھانے کے دوران سورۂ فاتحہ پڑھتی رہیں۔ کھانے کی لذت بڑھ جاتی ہے اور کھانا بابرکت ہوتا ہے

پھلبہری سے نجات

کوہاٹ جانا ہوا وہاں باجی کی ہمسائی سے اچھے تعلقات تھے یوں میں بھی ان کے گھر چلی جاتی۔ کافی عرصے پہلے میں نے ان کی بیٹی کو دیکھا تو اس کے تقریباً جسم کے آدھے حصے پر پھلبہری کے نشان تھے، سر سے آدھے بال اڑ چکے تھے۔ گردن دو رنگی تھی۔ چہرہ داغ کی وجہ سے بدنما ہو چکا تھا۔ تعطیلات ہوئیں تو پھر سوچا کوہاٹ چلیں یوں بھی وہاں گئے ہوئے کافی عرصہ ہو چکا تھا۔ کوہاٹ کی تیاری کی اور پہنچ گئے۔ دوسرے روز میں بھابی کی ہمسائی کے گھر گئی ان کے اہل خانہ کی خیریت معلوم کر رہی تھی کہ بہت ہی خوبصورت بچی جوس لے کر آئی۔ میں اس بچی کے ہاتھ سے جوس لینا بھول گئی۔ اس بچی کو دیکھتی رہی۔ یہ بچی کتنی حسین ہے۔ بے اختیار زبان سے نکلا۔ یہ تو وہی بچی ہے جس کو پھلبہری تھی مگر یہ ٹھیک کیسے ہوئی؟؟؟ میں ایسی گم تھی کہ اس بچی سے جوس بھی نہ لیا اتنی دیر میں بچی کی والدہ آگئیں۔ میں سب کچھ بھول کر پوچھنے لگی پھلبہری سے بچی نے نجات کیسے پائی۔ کہنے لگیں اللہ کے کلام میں بے حد برکت ہے اس کے علاج کیلئے در بدر پھری۔ بس پھر کسی عامل نے مجھے عمل بتایا کہ فجر کی نماز پڑھ کر ایک بار درود شریف، ایک بار آیت الکرسی، ایک بار سورۂ فاتحہ اور پھر چاروں قل پڑھ کر اپنا لعاب دہن شہادت کی انگلی پر لگا کر بچی کے جہاں سے نشان شروع ہیں اور آخری نشان تک وہ انگلی پھیر دیں۔ کافی عرصے سے یہ علاج کیا اللہ نے کرم کیا میری بچی کلام الٰہی کی برکت سے ٹھیک ہو گئی۔ لیکن اس بچی کی آنکھ کے نیچے ایک ستار کا نشان ہے وہ ایسا نشان ہے کہ اس بچی کے حسن میں اضافہ کرتا ہے۔ پھلبہری کا وہ نشان رہ گیا تھا جو معجزہ کلام الٰہی کا تھا۔ وہ ستارا ایک سوالیہ نشان اور شفاء کا نشان ہے۔

شوگر سے یقینی نجات

کچھ عرصے پہلے ایک دعوت میں جانا ہوا کھانے کے بعد کچھ دیر مہمانوں کے پاس بیٹھنے کا اتفاق ہوا۔ راقمہ نے سوچا بولنا تو ہے بہتر ہے کہ ایسی گفتگو ہو جائے جس سے دنیا میں صدقہ جاریہ اور آخرت میں اللہ اجر دے دے۔ ہر کام کرتے ہوئے اللہ کی رضا کو سامنے رکھیں۔ دعوت میں جائیں تو باوضو گھر سے نکلیں۔ لباس اور گاؤن کا خاص خیال رکھیں۔ دعائیں پڑھتے ہوئے گھر سے نکلیں۔ آیۃ الکرسی پڑھ کر گھر، بچوں اور اپنے اوپر دم کریں۔ دعوت طعام میں داخل ہوں تو دعا پڑھیے کھانا شروع کریں تو تسمیہ اور دعا پڑھ کر کھانا شروع کریں۔ کھانے کے دوران سورۂ فاتحہ پڑھتی رہیں۔ کھانے کی لذت بڑھ جاتی ہے اور کھانا بابرکت ہوتا ہے۔ یہ تمام عملیات میں باقاعدگی سے کرتی ہوں۔ بہت سی بہنیں مصروف گفتگو تھیں۔ راقمہ سب کی باتیں سن رہی تھی ایک خاتون راقمہ سے مخاطب ہوئیں آپ خاموش کیوں ہیں؟؟ جواباً کہا خاموشی بھی تو عبادت ہے۔ پھر گفتگو کا سلسلہ شروع ہوا۔ خواتین کی گفتگو کا موضوع مہنگائی یا بیماریاں۔ اس وقت شوگر کا موضوع زیر بحث تھا۔ میری بہت ہی قریبی عزیزہ بھی موجود تھیں۔ انہوں نے شوگر کا نسخہ بتایا جس کے نسخہ میں اللہ کا ذکر اور جڑی بوٹی ہو اس میں یقینی شفا ہوتی ہے۔ شوگر کا نسخہ لکھ رہی ہوں بے شمار لوگوں نے شفا پائی۔ یہ نسخہ جس حکیم صاحب نے دیا ہے وہ حیات ہیں۔ انہوں نے اس نسخے کو تقسیم کیا۔

اول آخر درود شریف 12 مرتبہ یَا شَافِی یَا کَافِی لکھیں اور آخر میں ضرب کا نشان یعنی کاٹ دیں۔ برگ مدار کے پتے لے لیں۔ اپنے دونوں جوتوں کے اندر رکھ لیں۔ پاؤں کے مطابق پتے رکھ لیں۔ پاؤں انگلیوں سے ایڑی تک پتے سے ڈھکے رہیں۔ دو گھنٹے تک واک کریں۔ اگر دو گھنٹے تک واک نہ کر سکیں تو چلتے پھرتے رہیں۔

اپنا دبا ہوا پاؤں پر ڈالیں۔ دو گھنٹے بعد پتے نکال دیں۔ یہ پتے سات دن پاؤں کے نیچے رکھیں۔ بند جوتا ضروری ہے۔ سات روز بعد آپ کی زبان کڑوی ہونے لگے گی۔ نسخہ استعمال کرنے سے قبل شوگر چیک کرا لیں۔ نسخہ کے استعمال کے بعد بھی۔ انشاء اللہ دوسری بار شوگر نہیں ہوگی۔ تمام دن جتنی مرتبہ پانی پئیں ایک گلاس میں تین حصے بنا لیں۔ ہر حصے میں ایک بار سبحان اللہ پڑھیں اور پانی پی لیں۔ یوں تین گھونٹ میں پانی ختم کریں۔ لیجئے نسخہ ختم شوگر ختم۔ گیارہ روپے صدقہ کر دیں۔

عینک 1982ء میں نظر بی کو لگی تھی۔ عینک ہمیشہ مصیبت ہی رہی۔ والد نے عینک تو ڈ کر نسخہ لا کر دیا تھا۔ وہ کھانے کا نسخہ تھا۔ وہ تیار کر کے استعمال کیا۔ بینائی بہتر ہو گئی۔ اس کے علاوہ قرآنی آیات پڑھیں۔ آنکھوں کو روزانہ ہاتھ کا پیالہ بنا کر آنکھ کو پانی میں صبح ایک منٹ تک ڈبونا، ٹھنڈے پانی میں ادرک کا جوس اور شہد دونوں برابر مقدار میں نسخہ بنا کر سلائی سے کافی عرصہ آنکھوں میں لگایا۔ بینائی کافی بہتر ہو گئی۔ پھر میں نے ثابت لال مرچ آنکھوں میں لگائی۔ جیسے سرمے کی سلائی پھیرتے ہیں۔ اس طرح دن میں تین مرتبہ خوب آنکھوں میں پھیرتی رہی۔ لیکن سہانجنے اور شہد کا نسخہ جو کہ حاضر ہے استعمال کیا اس کا بے حد فائدہ ہوا۔ سہانجنے اور شہد کا نسخہ چار سال سے لگاتار استعمال کر رہی ہوں نسخہ بنا کر سرمے کی سلائی سے آنکھوں میں لگاتا ہے دن میں کئی مرتبہ اللہ کا شکر ہوا کہ ہمیشہ کیلئے عینک اتر گئی۔

نسخہ: سہانجنہ ایک عام مشہور درخت ہے پس اس سہانجنہ کے سبز پتوں کا رس اور شہد خالص ہموزن ملا کر آنکھوں میں ڈالا کریں۔ دس روز کے استعمال کے بعد آپ خود کہا اٹھیں گے کہ اس سے اعلیٰ بصارت دوائی آج تک نہیں دیکھی۔ سہانجنے کے پتوں کا رس ذرا دقت سے نکلتا ہے۔ اس لیے چاہیے کہ کچھ کچے پتے لے کر انہیں اسی دم اسی درخت کے نیچے ہی بیٹھ کر دو آدمی خوب بذریعہ کونڈی اور سوٹے سے رگڑا لگائیں۔ سوا نیم کا ہونا چاہیے اور کھدر کے پارچہ میں نچوڑ کر رس نکال لیں۔ دوائی ہمیشہ تازہ بنا کر استعمال کریں ورنہ فائدہ کی امید نہ رکھیں۔

جوس تھراپی اور میرے تجربات

ایسی خواتین جو دل و دماغ کی کمزوری کو دور کرنا چاہتی ہیں یا جو خواتین اپنے چہرے کے حسن کو مزید نکھارنا یا پھر حسین ہونا چاہتی ہیں وہ چاہتی ہیں کہ ہمارا جسم بھی بوڑھا نہ ہو طبیعت ہر وقت پرسکون اور نہایت مطمئن رہے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

دوبا قاعدہ کوئی معالج تو نہیں لیکن معاملات اور تجربات میں معالج سے کسی طرح کم نہیں ایک بار کہتے میں کئی ہفتے ہو گئے نزلہ' زکام ناک کا بند ہونا' سائی نس میں مبتلا تھا۔ دن رات ناک بند' چھینکیں' نزلہ زکام بخار کی کیفیت میں مبتلا تھا۔ بہت ادویات لیں بھاپ لی' بام لی' ناک میں طرح طرح کے ڈراپس ڈالے لیکن وقتی فائدہ' پھر وہی حالت۔ میں نماز جمعہ میں بیٹھا تھا۔ تقریر اور خطبہ کے دوران میری علامات نزلہ' زکام والی تھیں۔ میرے قریب ایک صاحب بیٹھے میری حالت کا بغور مطالعہ کرتے رہے نماز کے بعد کہنے لگے معلوم ہوتا ہے آپ بہت تکلیف میں مبتلا ہیں اور آپ کو نزلہ زکام ہے۔ خود میں عرصہ دراز تک اس مرض میں مبتلا رہا پھر کسی عام آدمی نے مجھے ایک طریقہ بتایا میں نے چند روز ہی کیا نہایت فائدہ ہوا اب بھی اگر کبھی ایسا ہو جائے تو یہی طریقہ کرتا ہوں بالکل تندرست ہو جاتا ہوں پھر یہ طریقہ میں نے بے شمار لوگوں کو بتایا جس نے بھی کیا چند روز میں بالکل تندرست ہو گیا۔ قارئین! واقعی یہ ترکیب لاجواب ہے آپ بھی کریں' آزمائیں اور دعا دیں۔

دو عدد کنو کا رس' دو عدد خالص شہد بڑے چمچ ایک گلاس سادہ پانی میں ملا کر صبح دھوپ میں یا دھوپ کے وقت پی لیں چاہیں دن میں تین بار ایسا کر سکتے ہیں چاہیں دو یا ایک بار ایسا کریں۔ بہت لاجواب ہے۔

بالکل یہی نسخہ ان لوگوں کیلئے نہایت مفید ہے جو معدے کی تیزابیت گیس اور جلن کیلئے لاجواب تحفہ ہے۔

ایسے لوگ جو مستقل تیزابیت کی ادویات کھاتے ہیں یا جن کو تیزابیت ہر وقت بڑھتی رہتی ہے وہ ہر موسم میں یہ فارمولا اور نسخہ لے سکتے ہیں۔

آپ کو کسی موسم میں کنو نہ بھی ملے تو اس کا جوس خود محفوظ کر لیں پھر اسے ہر موسم میں مستقل استعمال کر سکتے ہیں۔

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں عرصہ 27 سال سے معدے کی گیس' تیزابیت اور جلن کا شکار السر اور بڑی آنت کا علاج کرایا کر ٹیسٹ میں بڑی آنت کا زخم بن گیا۔ کیسٹو تھراپی بہت کرائی ٹیسٹ تو بار بار کرا کر دیوانہ ہو گیا حتیٰ کہ میرے اعصاب جواب دے گئے جب سے کنو شہد اور پانی کا استعمال کیا ہے اس دن سے میرے اندر ٹھنڈک تازگی اور صحت کا احساس ہے۔ میرا کھانا ٹھیک ہضم ہوتا ہے' ڈکار اچھے آتے ہیں جسم ہلکا پھلکا ہے۔ طبیعت بالکل لاجواب ہے۔ پہلے نیند ٹھیک طرح نہیں آتی تھی اب نیند بالکل پرسکون آتی ہے۔

ایک صاحب بڑے دفتر کے سربراہ تھے وہ ہر وقت ٹینشن میں مبتلا رہتے تھے اعصاب کھچے' دل بجھا اور جسم تھکا تھکا رہتا تھا۔ بار بار اپنے جسم کو اینٹھتے اور طبیعت کو بوجھل محسوس کرتے۔ پیٹ بڑھ رہا تھا دل کی دھڑکن بڑھ گئی تھی۔ قبض یا پھر اجابت کھل کر نہ آتا۔ ہر وقت طبیعت میں غصہ سوار رکھنا۔ یوں زندگی کے دن رات گزر رہے تھے اور اس شخص سے جہاں گھر والے پریشان تھے وہاں دفتر والے اور بعض اوقات وہ خود بھی پریشان تھے کئی دوست ان سے جدا ہو گئے تھے وہ واقعی ایک ایسا بیماریوں پریشانیوں اور الجھنوں کا مجموعہ بن چکے تھے کہ جسم اور دل بس بیمار ہی رہتا تھا بڑے بڑے دل کے ٹیسٹ کرائے۔ دماغ کے ٹیسٹ' نفسیاتی معالجین سے مسلسل ملاقات اور اب تو ان سے دوستی ہو گئی تھی لیکن جب سے یہ جوس تھراپی استعمال کی ایسے تندرست اور مطمئن ہوئے کہ آہستہ آہستہ تمام ادویات اور علاج ختم ہوتے گئے بس وہ ہر وقت ایک نئی امید کے ساتھ نئی زندگی اور نئی صحت میں داخل ہوئے اور خوب ہوئے۔

اکثر ماؤں کا شکوہ ہوتا ہے کہ ہمارا بچہ کچھ کھاتا پیتا نہیں' صحت خراب رہتی ہے طبیعت بدحال اور چڑچڑا پن بہت زیادہ ہے۔ بچہ کھانے کا نام سن کر چڑ جاتا ہے۔ اگر بعض اوقات کھانا کھلا بھی دیا جائے تو الٹی کر دیتا ہے یا بدہضمی کے پاخانے کرنا شروع کر دیتا ہے جسم اور چہرہ پیلا اور بے رنگت ہوتا ہے ایسے تمام بچوں کیلئے یہ جوس تھراپی نہایت لاجواب ہے وہ ہر وقت یہ جوس استعمال کریں۔ بچوں کو تھوڑا تھوڑا یہ جوس استعمال کرائیں۔ دن میں تین سے پانچ بار۔ نہایت لاجواب ٹانک ہے اور بہترین ساتھی ہے۔ (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

بعض لوگ اپنے وہم کو یقین میں بدل لیتے ہیں اور پھر کسی کی بات نہیں مانتے جیسے کہ آپ کو خیال ہے کہ پیٹ میں گولہ اٹھتا ہے حالانکہ اس کی وہ حقیقت نہیں جو آپ سمجھ رہے ہیں۔ طبیعت اور صحت میں بہتری کیلئے آپ کو دن میں دو بار لمبی واک کرنی چاہیے

آخر اس کو سمجھ کیوں نہیں آتی؟

میرا ایک ہی بیٹا ہے۔ یونیورسٹی میں اس نے کسی لڑکی کو پسند کرلیا۔ اب یہ روز اس کی باتیں مجھے بتاتا ہے۔ پہلے تو میں نے پروا نہیں کی مگر اب کہتا ہے کہ اس کے گھر رشتہ لے کر جائیں' میرے لیے یہ کام بہت مشکل ہے کیونکہ ابھی وہ کوئی جاب وغیرہ بھی نہیں کررہا۔ والد بھی ملازمت چھوڑ چکے ہیں' ہم بڑی مشکل سے اس کی تعلیم کے اخراجات برداشت کررہے ہیں آخر اسے ان باتوں کی سمجھ کیوں نہیں آتی۔ **(نازیہ' راولپنڈی)**

مشورہ: بچوں کو وہی باتیں سمجھ آتی ہیں جو انہیں سمجھائی جاتی ہیں۔ اگر آپ تمام مسائل کا بوجھ خود اٹھائیں گے تو کسی کو کیا پڑی ہے کہ اس بوجھ کو اٹھانے میں شریک ہو۔ دراصل انسان فطری طور پر سہل پسند اور خواہشوں کی تکمیل کرنے والا ہے۔ آپ کے بیٹے نے اپنی عمر کے تقاضے کے مطابق ایک لڑکی کو پسند کرلیا۔ اسے سمجھائیں کہ فی الحال شادی ممکن نہیں' پہلے معاشی طور پر مستحکم ہو۔ اگر رشتہ لے کر چلے بھی جائیں تو وہ لوگ یہ ضرور پوچھیں گے کہ لڑکا کیا کام کرتا ہے لہٰذا اس کا معقول جواب ہونا ضروری ہے۔

بوجھل طبیعت

میری طبیعت بوجھل رہتی ہے۔ بچپن سے درزی کا کام کرتا ہوں مگر اب اس میں میرا دل نہیں لگتا اگر کبھی سارا دن یہ کام کرلوں تو پیٹ میں ایک گولا سا اٹھتا ہے جو کبھی دل کو دباتا ہے تو کبھی دماغ کی طرف جاتا ہے۔ اس کے بعد میں کئی دن آرام کرتا ہوں مگر طبیعت ٹھیک نہیں ہوتی۔ ڈاکٹروں کو دکھایا وہ کہتے ہیں تم ٹھیک ہو۔ وہم نہ کرو۔ **(عمر' ٹیکسلا)**

جواب: بعض لوگ اپنے وہم کو یقین میں بدل لیتے ہیں اور پھر کسی کی بات نہیں مانتے جیسے کہ آپ کو خیال ہے کہ پیٹ میں گولا اٹھتا ہے حالانکہ اس کی وہ حقیقت نہیں جو آپ سمجھ رہے ہیں۔ طبیعت اور صحت میں بہتری کیلئے آپ کو دن میں دو بار لمبی واک کرنی چاہیے۔ صبح کے وقت اور شام کے وقت چلنا چاہیے جسمانی تھکن کے بعد تھوڑا سا آرام بھی اچھا محسوس ہوگا۔

پڑھانے کا کوئی طریقہ؟؟

میں سکول میں پڑھاتی ہوں۔ مجھے اس بات کا دکھ ہے کہ میرا ہی بھائی مجھ سے نہیں پڑھتا بلکہ وہ کسی سے بھی نہیں پڑھتا۔ اس کی عمر 10 سال ہے۔ ابھی تک دوسری جماعت میں ہے۔ نہ لکھنا آتا ہے نہ پڑھنا۔ سختی کا بھی اثر نہیں ہوتا۔ ہنستا رہتا ہے۔ ایک روز تو باہر بچے اسے مارپیٹ کر بھاگ گئے جب میں نے دیکھا تو وہ رو رہا تھا اسے پڑھانے کا کوئی آسان طریقہ ہے؟؟؟ **(میمونہ' ساہیوال)**

مشورہ: دس سال کی عمر تک لکھنا پڑھنا نہ سیکھنے کا مطلب یہ ہے کہ بچہ ذہنی طور پر کمزور ہے۔ سختی اور سزا سے تو یہ پریشان ہوجائیگا البتہ نرمی اور محبت سے تھوڑا بہت لکھنا پڑھنا سکھایا جاسکتا ہے۔ اس کے علاوہ سکوں اور روپوں کا حساب سکھائیں۔ اپنے کام کرنے اور اپنا کمرہ ترتیب میں رکھنے کی ترغیب دیں۔ گھر سے باہر زیادہ دیر اکیلا نہ رہنے دیں۔ اچھا کام کرنے اور کہنا ماننے پر انعام دیں خواہ وہ چاکلیٹ ہی کیوں نہ ہو۔ ایسے بچوں کی تربیت میں صبر وتحمل کی ضرورت ہوتی ہے۔

جدائی برداشت نہیں ہوتی

مجھے شروع سے ارمان تھا کہ اپنی اکلوتی بیٹی کو شادی کے بعد بھی اپنے ساتھ رکھوں گی قسمت سے ایک اکیلا لڑکا مل گیا اور اس طرح بیٹی کسی دوسرے گھر رخصت ہوکر نہ گئی۔ مگر وہ مجھے تنگ کرنے کیلئے علیحدہ گھر میں لے جانے کا ذکر کرتا ہے۔ بیٹی اس بات پر پریشان نہیں ہوتی۔ مجھے حوصلہ دیتی ہے مگر میں بہت اداس ہوجاتی ہوں آج سے دس سال پہلے مجھے ڈیپریشن ہوگیا تھا۔ **(ریحانہ جمشید' صادق آباد)**

مشورہ: اداسی تو آپ کو اب بھی ہے یہی وجہ ہے کہ بیٹی کو علیحدہ گھر میں جانے سے روک رہی ہیں۔ شادی کے بعد آپ کو ان پر اپنی مرضی نہیں چلانی چاہیے۔ انہیں اپنے ساتھ رہنے پر مجبور نہ کریں۔ داماد کی خواہش ہے کہ وہ علیحدہ گھر میں رہے تو آپ اس خواہش پر راضی رہیں بلکہ خوشی کا اظہار بھی کیا جاسکتا ہے۔ آپ محسوس کریں گی تو اس طرح زیادہ سکون و اطمینان ملے گا کیونکہ آپ کی ذمہ داری نہ رہے گی۔

والد ضد کرتے ہیں

میرے والد کی عمر 70 سال ہے۔ ان کی طبیعت خراب ہوتی ہے تو دوا کھانے میں پریشان ہوتے ہیں۔ کہتے ہیں دوا کے ساتھ دودھ بھی ہونا چاہیے اب ہر وقت تو یہ ممکن نہیں۔ ڈاکٹر نے بھی کہا کہ دوا کے ساتھ پانی پیا جاسکتا ہے۔ لیکن ان کو سمجھ نہیں آتی۔ ضد کرنے لگتے ہیں۔ **(س' جہلم)**

مشورہ: بڑی عمر کے لوگ بعض اوقات بچوں کی طرح باتیں کرتے ہیں آپ اگر غور سے ان کا چہرہ دیکھیں گی تو معصومیت بھی نظر آئے گی۔ وہ دوا کھالیں یہ اچھی بات ہے۔ دودھ تو غذا ہے لہٰذا غذا دینے میں حرج نہیں۔ وہ خواہشیں جو آسانی سے پوری کی جاسکتی ہوں ان پر بحث نہیں کرنی چاہیے۔

کزن کچھ کرنہ لے.....!

ایم ایس سی کی طالبہ ہوں۔ اپنے ماموں کے بیٹے سے شادی کرنا چاہتی ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ ہم دونوں کے والدین رضامند نہیں کیونکہ وہ مجھ سے بہت چھوٹا ہے۔ ہمارے والدین کہتے ہیں کہ اپنی مرضی کرنی ہے تو گھر چھوڑ دو۔ مگر ہم انہیں ناراض نہیں کرنا چاہتے۔ امی نے میرا رشتہ پھوپھی کے دیور سے طے کردیا ہے اور میں کبھی بھی اس کے ساتھ خوش نہ رہ سکوں گی کیونکہ میں کزن کو چھوڑ نہیں سکتی۔ وہ بہت ضدی اور جذباتی ہے۔ ڈرتی ہوں کچھ کرنہ بیٹھے۔ **(ارم' سیالکوٹ)**

مشورہ: کسی دوسرے کی کمزوری' مجبوری یا ضد کی وجہ سے ڈر کر اپنی زندگی کے فیصلے نہیں کرنے چاہئیں۔ ایسے فیصلوں میں دوسروں کا فائدہ اور اپنا نقصان ہوتا ہے۔ آپ دونوں کے والدین زیادہ سمجھدار' بردبار اور تجربہ رکھنے والے ہیں۔ اگر ان لوگوں کے درمیان اس رشتے کے حوالے سے مخالفت کا اتفاق پایا جاتا ہے تو یقیناً بہتری ہوگی۔ آج آپ کو اندازہ نہیں ہورہا لیکن آنے والے کل لڑکے کا ضدی اور جذباتی پن خود آپ کیلئے "تکلیف دہ" ہوسکتا ہے۔ اسی لیے آپ کیلئے بہتر یہی ہے کہ بڑے جو فیصلہ کریں اسے دل سے تسلیم کرلیں کیونکہ بڑوں کی بات ماننے میں ہی ہمیشہ خیر ہوتی ہے۔

فاروق احمد، ڈیرہ اسماعیل خان

جنات سے حفاظت کرنیوالی سورۃ

ہمارے مدرسے میں جنات بچوں کو تنگ کرتے اور پتھر مارتے تو قاری صاحب نے فرمایا تو ایک رات مدرسہ میں پہرہ دے۔ میں نے رات بارہ بجے تک پہرہ دیا دوران پہرہ سورۃ بقرہ کی تلاوت کرتا رہا اس کے بعد جنات نے مدرسہ میں کوئی شرارت نہیں کی

حدیث شریف کا مفہوم ہے رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے فرمایا سورۃ بقرہ کو پڑھا کرو کیونکہ اس کا پڑھنا برکت ہے اور اس کا چھوڑنا حسرت ہے اور اہل باطل اس پر قابو نہیں پاسکتے۔ قرطبی نے حضرت معاویہ رضی اللہ عنہ سے نقل کیا ہے کہ اہل باطل سے مراد جادوگر ہیں یعنی اس کے پڑھنے والے پر کسی قسم کا جادو نہ چلے گا۔ (قرطبی از مسلم)

آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ جس گھر میں سورۃ بقرہ پڑھی جائے شیطان وہاں سے بھاگ جاتا ہے۔ (ابن کثیر)

عاملین کے تجربات

ہماری بستی کے شمال میں بگوانی شمالی میں ایک شخص کے گھر میں جنات نے ڈیرہ ڈال لیا۔ کسی بھی عامل کے دم سے وہ جنات نہیں جاتے تھے۔ آخر کار صوفی محمد امین مرحوم خوشاب (سرگودھا) والے تشریف لائے تو جنات چلے گئے جب صوفی صاحب گھر روانہ ہوئے تو جنات دوبارہ آگئے۔ اسی طرح سلسلہ چلتا رہا۔ صوفی صاحب نے فرمایا کہ آپ سورۃ بقرہ چالیس روز گھر میں پڑھیں اور پانی پر دم کرکے رات کو گھر کا حصار کریں لیکن ناپاک جگہ پر پانی مت ڈالیں صرف پھونک ماریں۔ دس بارہ روز کے بعد ایسا محسوس ہوا کہ اس گھر میں جادو اور جنات کا اثر کبھی نہیں تھا۔ صوفی صاحب سے رابطہ کیا تو انہوں نے فرمایا چالیس روز پورے کریں پھر ہمیشہ کیلئے جنات سے نجات مل جائے گی۔

پہاڑ پور کے مغرب میں ایک شخص کی زمین میں بہت پرانے پیلو کے درخت تھے جہاں جنات رہتے تھے مالک زمین جس شخص کے ہاں درخت بیچتا وہ گھبرا کر درختوں کو کاٹنا چھوڑ دیتا اور مالک بھی پریشان تھا کہ میری زمین بیکار پڑی ہے۔ آخر کار جامعہ صدیقیہ جو کہ پہاڑ پور کی مشہور دینی درسگاہ ہے کو لکڑیاں ہدیہ کردیں تو مدرسہ والوں کو فقیر ابراہیم ڈیروی جو کہ مشہور و معروف عامل عبدالقیوم نعمانی کراچی والے کے شاگرد ہیں نے بتایا کہ سورۃ بقرہ وہاں جاکر پڑھیں اور درختوں پر سب سے پہلے کلہاڑا وہ آدمی چلائے جس نے سورۃ بقرہ پڑھی ہو اس ترکیب پر عمل کرنے کے بعد مدرسہ والوں نے درخت کاٹے جنات نے طلباء کو کوئی تکلیف نہیں پہنچائی اور انہوں نے قیمتی لکڑی بیچ ڈالی باقی لکڑی کو چھ مہینے تک بطور ایندھن استعمال کرتے رہے۔

مجھے ایک قاری صاحب نے بتایا جو کہ متقی پرہیزگار آدمی ہے کہتے ہیں ہمارے مدرسے میں جنات بچوں کو تنگ کرتے اور پتھر مارتے تو قاری صاحب نے فرمایا تو ایک رات مدرسہ میں پہرہ دے۔ میں نے رات بارہ بجے تک پہرہ دیا دوران پہرہ سورۃ بقرہ کی تلاوت کرتا رہا اس کے بعد جنات نے مدرسہ میں کوئی شرارت نہیں کی۔ نوٹ: اس سے ملتے جلتے کئی واقعات ہیں جن لوگوں کے گھر جنات بچوں کو تکلیف پہنچاتے اور چوری کرتے تھے تو سورۃ بقرہ کی تلاوت سے حالات درست ہوگئے۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹری کمائیں رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار رہوں گے۔ (ادارہ)

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ملک محمد یعقوب، راولپنڈی۔ منظور احمد، بہاولپور۔ ناصرہ پروین۔ محمد حبیب الرحمٰن نقشبندی، لاہور۔ مسز وحید ارشد، اسلام آباد۔ ڈاکٹر فیض الرحمٰن شاہ، سرگودھا۔ غلام محمد زہبی، پشاور۔ علی محمد، فیصل آباد۔ نصیر احمد، ایبٹ آباد۔ منسوب اختر، کراچی۔ عبدالغفور نقشبندی، بنوں۔ عاشق حسین بٹ، راولپنڈی۔ ایم صادق، بلوچستان۔ عبداللہ علی، چکوال۔

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس، مسنون اذکار، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات، گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہو رہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

نصیر احمد، جمیلہ اقبال، محمد ادریس، مشرف بی بی، محمد امجد، حنا اسلام، عبدالباسط، شان، شہزاد شکیل، لاہور۔ وحید اعجاز، گجرات، شہناز اختر، بہاولپور۔ ثوبیہ بی بی، محمد ارشاد، اقبال حسین، ظل ہما، خالدہ، لیاقت بھٹی، رفیق، خالدہ، مسز افتخار، امان اللہ، علی اصغر، محمد عثمان، مسز نعیم، لاہور۔ امجد حسین، سیالکوٹ۔ عبدالرحمان، کامران، مہرین، خلیل، شگفتہ، فوزیہ فیصل، نعیم، جنید، صدیقہ، عائشہ انجم، عثمان، لاہور۔ مسز نعیم، سیالکوٹ۔ محمد ریاض، اقبال، راولپنڈی۔ ساجد جاوید، چکوال۔ نسرین فاطمہ، جہانیاں۔ مسز شاہد، محمد سہیل، محمد نصیر و اہلیہ، خواجہ اشتیاق، شہزادی، والدہ شہریار، آصف شریف، شمائلہ، محمد سعید، احتشام عمران، حلیم، لاہور۔ محمد اظہر، بہاولنگر۔ عبدالرحمٰن، بنوں۔ نعیم خان، اٹک۔ شاہد علی، چونی۔ ملک سرفراز علی، بہاولپور۔ عبدالرحمٰن و اہلیہ، اسلام آباد۔ ہارون الرشید، چشتیاں۔ ظہیر احمد، ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ جواد اسلم، اسلام آباد۔ ابرار احمد، عائشہ عبید، محمد کاشف، عظمیٰ صدیقی، محمد اسحاق، لاہور۔ محمد جمیل، راشد ملک، سیالکوٹ۔ سعادت حسین، زرتا، محمد عظیم، عائشہ، صائمہ، عائشہ عمران، محمد کاشف، لاہور۔ روبینہ، ملتان۔ محمد عتیق، ریاض، خوشاب۔ محمد عثمان، خوشاب۔ ملک محمد الیاس، اسلام آباد۔ مولوی عبدالرشید، احمد حسین، خالدہ نوید، کوثر منصور، سمیرا، عائشہ، نفیس احمد، شاہد قیصر، عمران و اہلیہ، محمد آصف، روبینہ ارشاد، شبنم طوبیٰ، شاہدہ عرفان، کشور فریدہ مجاہد، غزالہ، محمد نعیم، محمد نسیم، حامد علی، رخسانہ بی بی، پروین، محمد رشید اسلم، مسز زاہد حسین، مسز جمشید، نیلم طفیل، صدیقہ، نبیلہ، مسز اسد، شاہدہ، خوشاب۔ زاہد، شاہدہ اعجاز، عمران خان، شاہین سعید، عبدالستار، زاہدہ، فوزیہ، انیلہ، محمد نواز، روبینہ الیاس، غلام رسول، غزالہ، عبداللہ، سلمان جمیل، ثناء، احمد عمران، غلام محمد، لاہور۔ مسز ضیاء، راجن پور۔ قمر زمان، حیات شاہ، باسط، شاہدہ خیر محمد، ذکی شاہ، طاہر، نسیم حماد، محمد اکمل، رضوان قیصر، ملک نیاز احمد، انعام احسان خان، عتیق خان، صابرہ، خالدہ، اسلام الدین، سرگودھا۔

طیبہ آصف، لاہور — بچوں کا صفحہ

چار خوبیوں کا حامل درویش

بیکٹیریا ہمارے دوست ہیں کچھ دشمن۔ بیکٹیریا ہمیں، ہمارے جانوروں اور پودوں کو بیمار کر دیتے ہیں۔ اسی طرح بعض بیکٹیریا ہمارے کھانے پینے کی چیزوں کو خراب کر دیتے ہیں اسی طرح آپ نے دیکھا ہوگا کہ گرمیوں میں سالن جلد خراب ہو جاتے ہیں

جب حضرت قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ کی وفات ہوئی کہرام مچ گیا۔ جنازہ تیار ہوا۔ ایک بڑے میدان میں جنازہ پڑھنے کیلئے لایا گیا۔ ایک مخلوق جنازہ پڑھنے کیلئے نکل پڑی۔ انسانوں کا ایک سمندر تھا جو جہاں تک نگاہ جاتی تھی وہاں تک نظر آتا تھا...... یوں معلوم ہوتا تھا کہ ایک بپھرے ہوئے دریا کی طرح یہ مجمع ہے۔ جب جنازہ پڑھانے کا وقت آیا ایک آدمی بڑھا۔ کہتا ہے کہ...... میں وصی ہوں یعنی مجھے حضرت رحمۃ اللہ علیہ نے وصیت کی تھی۔ میں اس مجمع تک وہ وصیت پہنچانا چاہتا ہوں۔ مجمع خاموش ہوگیا، وصیت کیا تھی خواجہ قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ نے یہ وصیت (مرنے سے پہلے کی خاص نصیحت اور خواہش) کی کہ میرا جنازہ وہ شخص پڑھائے جس کے اندر چار خوبیاں ہوں۔ پہلی خوبی یہ کہ زندگی میں اس کی تکبیر اولیٰ کبھی قضا نہ ہوئی ہو یعنی نماز شروع کرتے وقت جب امام صاحب تکبیر اولیٰ کہیں تو وہ شخص اسی وقت نماز میں شامل ہو۔ دوسری شرط اس کی تہجد کی نماز کبھی قضا نہ ہوئی ہو۔ تیسری بات یہ کہ اس نے غیر محرم پر کبھی بھی بری نظر نہ ڈالی ہو۔ چوتھی بات یہ کہ اتنا عبادت گزار ہو حتیٰ کہ اس نے عصر کی فرض نماز سے پہلے کی سنتیں بھی کبھی نہ چھوڑی ہوں۔ جس شخص میں یہ چار خوبیاں ہوں وہ میرا جنازہ پڑھائے۔ جب یہ بات کی گئی تو مجمع کو سانپ سونگھ گیا۔ یعنی سناٹا چھا گیا لوگوں کے سر جھک گئے کون ہے جو قدم آگے بڑھائے کافی دیر گزر گئی حتیٰ کہ ایک شخص روتا ہوا آگے بڑھا۔ حضرت قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ کے جنازے کے قریب آیا جنازے سے چادر ہٹائی اور کہا قطب الدین بختیار کاکی رحمۃ اللہ علیہ آپ خود تو فوت ہوگئے مجھے رسوا کر دیا اس کے بعد بھرے مجمع کے سامنے اللہ کو حاضر ناظر جان کر قسم اٹھائی میرے اندر یہ چاروں خوبیاں اللہ کے حکم اور فضل سے موجود ہیں۔ لوگوں نے دیکھا یہ وقت کا بادشاہ شمس الدین التمش تھا۔ اگر بادشاہی کرنے والے دینی زندگی گزار سکتے ہیں تو کیا ہم دکان کرنے والے یا دفتر میں جانے والے ایسی زندگی نہیں گزار سکتے؟ اللہ رب العزت ہمیں نیکی کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

پیارے بچو! اس واقعہ سے ایک بات یہ معلوم ہوئی کہ انسان جب کسی نیک کام کا ارادہ اور عزم کر لیتا ہے تو اس کیلئے اللہ رب العزت تمام راستے کھول دیتے ہیں، پھر نہ بادشاہی رکاوٹ بنتی ہے نہ دکانداری اور نہ پڑھائی وغیرہ اور دوسری بات یہ معلوم ہوئی کہ انسان کو صرف اللہ کی رضا کیلئے تمام کام کرنے چاہئیں۔ اپنے نیک کام مخلوق کو بتلاتا نہ پھرے اس صورت میں وہ نیک کام بجائے اجر و ثواب کے گناہ کا سبب بنتے ہیں۔ جیسے اس دیندار سلطان نے اب مجبوری میں یہ راز کھولا...... اس سے پہلے کسی سے خود اپنی ان اچھی باتوں کا تذکرہ تک نہ کیا تھا۔ ہاں ہمارے نہ چاہتے ہوئے اللہ تعالیٰ اپنی قدرت اور حکمت سے لوگوں میں عزت اور جچا دے تو یہ دوسری بات ہے مگر ہمارا کام یہ ہے کہ پھر بھی ڈرتے رہیں۔

دودھ کیوں خراب ہوتا ہے؟؟؟

انور کا منہ پھولا ہوا تھا اس کے سکول کے ساتھی حیران تھے کہ اسے آج کیا ہوا؟ سکول میں پڑھائی کے دوران تو کوئی اس سے کچھ پوچھ نہ سکا لیکن جوں ہی تفریح کا وقفہ ہوا، دوستوں نے اسے گھیر لیا۔ ”لگتا ہے، آج گھر میں خوب خاطر ہوئی ہے جب ہی منہ پھولا ہوا ہے۔“ انور نے کوئی جواب نہ دیا، ادھر ادھر دیکھنے لگا۔ دیکھو دوست! یوں جان نہ چھوٹے گی ہوا کیا، یہ بتاؤ؟ ہاں اور کیا صبح سے منہ بند ہے مجال ہے جو تم نے کسی سے ایک بات بھی کی ہو......؟ جب تک بتاؤ گے نہیں ہم یہیں کھڑے رہیں گے، یہاں تک کہ تفریح کا وقت ختم ہو جائے گا۔ اچھا بابا بتاتا ہوں، بات کوئی خاص نہیں، رات کو سونے سے پہلے امی جان نے کہا، باورچی خانے میں دودھ رکھا ہے اٹھا کر فریج میں رکھ دو ورنہ خراب ہو جائے گا۔“ میں نے ان سے کہہ دیا: جی اچھا! امی جان، ”لیکن دودھ فریج میں رکھنا بھول گیا، صبح امی جان نے اٹھ کر دیکھا تو دودھ کا برتن جوں کا توں باورچی خانے میں رکھا تھا اور تم جانتے ہو آج کل گرمی کا موسم ہے بس دودھ پھٹ گیا، امی جان کو غصہ آ گیا، انہوں نے صبح ہی صبح وہ چار سنا دیں اور ایک دو تھپڑ بھی رسید کر دیئے، بس اس وقت سے میں جھلایا ہوا ہوں، پتا نہیں! دودھ کو کیا ہے، اس کو فریج میں نہ رکھا جائے تو آخر یہ پھٹ کیوں جاتا ہے تم میں سے کوئی بتا سکتا ہے، دودھ کیوں پھٹ جاتا ہے؟

سب ایک دوسرے کی طرف دیکھنے لگے، اندر کلاس میں استاذ صاحب ان کی باتیں سن رہے تھے انہوں نے پکار کر کہا: بھئی ادھر آ جاؤ، میں بتا دیتا ہوں دودھ کیوں پھٹ جاتا ہے؟ وہ سب چونک اٹھے اور پھر کمرے میں داخل ہو گئے جب سب اپنی اپنی جگہ پر بیٹھ گئے تب انہوں نے کہا: ”یہ ہم سب کے ساتھ ہوتا رہتا ہے جہاں کوئی چیز فریج میں رکھنا بھولے اور خراب ہوئی۔ معاملہ دراصل یہ ہے کہ جب ہم دودھ اور دوسری چیزوں کو 10 سے 15 سینٹی گریڈ درجہ حرارت پر رکھتے ہیں تو ان میں بیکٹیریا کی نشوونما نہیں ہوتی، لہٰذا دودھ اور دوسری چیزیں خراب ہونے سے محفوظ رہتی ہیں، جب کہ باورچی خانے میں جب ہم کوئی چیز بھول جاتے ہیں تو وہاں درجہ حرارت اتنا کم نہیں ہوتا اور ہوا میں بیکٹیریا بھی موجود ہوتے ہیں وہ دودھ اور دوسری چیزوں میں داخل ہو جاتے ہیں اور وہاں ان کی نشوونما جاری رہتی ہے اس طرح دودھ پھٹ جاتا ہے اور آپ لوگوں کو امی ابو کی ڈانٹ کھانا پڑتی ہے۔

لیکن جناب ہم نے سنا تھا کہ بیکٹیریا ہمارے دوست ہیں“ فاروق نے پوچھا۔ ہاں......! یہ بات بھی ٹھیک ہے کچھ بیکٹیریا ہمارے دوست ہیں کچھ دشمن۔ بیکٹیریا ہمیں، ہمارے جانوروں اور پودوں کو بیمار کر دیتے ہیں۔ اسی طرح بعض بیکٹیریا ہمارے کھانے پینے کی چیزوں کو خراب کر دیتے ہیں اسی طرح آپ نے دیکھا ہوگا کہ گرمیوں میں سالن جلد خراب ہو جاتے ہیں جبکہ سردیوں میں ایک دو دن تک خراب نہیں ہوتے، اس لیے کہ سردی کے موسم میں درجہ حرارت کم ہوتا ہے کم درجہ حرارت بیکٹیریا کی نشوونما کیلئے مناسب نہیں، استاذ صاحب یہ کہتے ہوئے اٹھ گئے، اب پوری کلاس یہ بات جان چکی تھی کہ دودھ کیوں پھٹ جاتا ہے۔

سورۂ کوثر کا کمال

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پہلی بار گجرات میں آپ کے درس میں شریک ہوئی تھی اس کے بعد میں نے سورۂ کوثر کا وظیفہ کیا تھا جس کا مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا تھا۔ گھر میں بھی برکت اپنی آنکھوں سے دیکھی تھی۔ روزانہ میری بنائی ہوئی چائے ایک دو کپ بڑھ جاتی تھی۔ اگر چار کپ چائے بناتی تو چھ کپ نکل آتے تھے۔ اس کا میں نے بار بار تجربہ کیا مگر بعد میں میرے شوہر آپ کی خدمت میں آئے تو آپ نے سورۂ فاتحہ کا وظیفہ بتایا تھا جو ایک خاص ترکیب سے پڑھنا ہے۔ **(اہلیہ آصف، منڈی بہاؤالدین)**

ایک مخلص

جنات نے انسانوں سے توبہ کرائی

پھر فجر کی نماز پڑھی اس کے بعد اس نے کہا کہ ٹھہرو پہلے یہ مٹھائی کھالو۔ تم لوگوں کی خوشی کا موقع ہے۔ تقریباً دس کلو کے قریب مٹھائی تھی یا اس سے بھی زیادہ۔ جو اس نے بھی کھائی اور سب کو کھلائی۔ پھر خود ہی کافی بندوں کا سامان ایک بار میں اٹھا کر ان کی نئی جگہ پر منتقل کردیا

یہ واقعہ ہماری ایک ملنے والی باجی نے بتایا کہ ان کی بہن کے سسرال میں کوئی شادی تھی جس کے لیے 2,3 فیملیوں نے ٹوبہ ٹیک سنگھ جانا تھا۔ وہاں پہنچ کر اتنے لوگوں کے قیام کا مسئلہ تھا' ان کے رشتہ داروں کے محلے میں ہی ایک ذاتی گھر موجود تھا۔ لہٰذا طے یہ پایا کہ تین دن مہندی' بارات اور ولیمے کیلئے اسی گھر میں قیام کرلیا جائے۔

چنانچہ وہ لوگ وہاں پہنچ گئے اور اپنا سامان وغیرہ رکھ کر اطمینان سے اپنے کاموں میں مشغول ہوگئے۔ نوجوان طبقہ حسب معمول خوش گپیوں' لایعنی اور لغویات وغیرہ میں مصروف ہوگیا جب رات ہوئی تو گانوں وغیرہ کا خوب شور شرابا شروع ہوگیا۔

ڈھولک بجانے لگے نماز سے بالکل غافل ہوگئے۔ اچانک چھت کی طرف سے ہلکی ہلکی ریت گرنا شروع ہوگئی جس کا ان لوگوں نے کوئی نوٹس نہ لیا۔ پھر اگلے دن ان کے کھانے میں ریت گرنا شروع ہوگئی اسی طرح ریت گرنے کا وقفہ کم ہوتا گیا۔ رات پھر وہی ہلہ گلہ شروع ہوگیا۔ پھر ریت گرنا شروع ہوگئی حتیٰ کہ ان کی آنکھوں میں' چیزوں میں غرض ہر چیز پر گرنا شروع ہوگئی۔ رات کے وقت شادی کے پروگرام سے فراغت کے بعد پھر ہلہ گلہ ہوا تو یہ کیفیت اور بڑھ گئی۔

بظاہر کچھ نظر نہ آتا تھا لہٰذا تقریباً دو تین بجے گھر کے مالک جن کی رہائش قریب ہی تھی انہیں بلایا گیا صورت حال سے آگاہ کیا تو ان کا ایک لڑکا جس کے متعلق مشہور تھا کہ اس پر جن آتا ہے اس نے ایک دم غصے کا اظہار کیا۔

چہرے کی ہیئت بدل گئی اور غصے میں تمام لوگوں سے مخاطب ہوکر کہنے لگا تم لوگوں نے اچھا نہیں کیا' اتنا شور شرابا کیا کہ ہماری عبادت میں خلل آنے لگا۔ ہم سے تہجد نہ پڑھی گئی تم لوگ کیسے مسلمان ہو کہ شادی جو سادگی کا موقع ہے اسے لغویات سے بھر دیا اور نماز سے بالکل غافل ہوگئے۔ ہم نے تنبیہ کیلئے تم پر ریت گرائی پھر بھی تم لوگ باز نہ آئے۔ اس کے بعد ایک لڑکا ابراہیم جوان سب سے الگ تھلگ تھا اس کی طرف اشارہ کرکے کہنے لگا کہ یہ لڑکا بھی تو تمہی لوگوں میں سے ہے جو تمہارے ساتھ ان کاموں میں مشغول نہیں تھا۔ یہ واقعی بہت اچھا لڑکا ہے۔ یاد رکھو کہ اس دفعہ تم لوگوں کو معاف کیا جاتا ہے لیکن اب یہاں سے نکل جاؤ اور آئندہ اپنی شادیوں میں اللہ کے احکام مت توڑنا ورنہ بہت برا ہوگا۔ چلو سب توبہ کے نفل پڑھو اور سچی توبہ کرو پھر سب لوگوں نے اس سے کہا کہ ہم سب توبہ کرتے ہیں ہمیں یہ بتادو کہ کیا ہم ولیمے کیلئے یہاں ٹھہر سکتے ہیں تو اس نے کہا کہ نہیں اب ہر صورت تمہیں یہاں سے جانا ہے ورنہ شدید نقصان اٹھاؤ گے۔

غرض کہ سب لوگوں نے صلوٰۃ توبہ پڑھی۔ پھر فجر کی نماز پڑھی اس کے بعد اس نے کہا کہ ٹھہرو پہلے یہ مٹھائی کھالو۔ تم لوگوں کی خوشی کا موقع ہے۔ تقریباً دس کلو کے قریب مٹھائی تھی یا اس سے بھی زیادہ۔ جو اس نے بھی کھائی اور سب کو کھلائی۔ پھر خود ہی کافی بندوں کا سامان ایک بار میں اٹھا کر ان کی نئی جگہ پر منتقل کردیا۔ اس سارے واقعے کے بعد وہ لڑکا جس پر جن آیا ہوا تھا بے ہوش ہوگیا۔ ہوش آنے کے بعد اس سے پوچھا تو کہنے لگا مجھے تو کچھ پتہ نہیں۔ میں تو بہت نقاہت محسوس کررہا ہوں۔ اس طرح جنات نے انسان سے توبہ کرائی۔

پیلے یرقان کا یقینی علاج

میرے بیٹے کو شدید بخار تھا وہ بخار اترتا ہی نہیں تھا۔ ایک دن حالت بہت زیادہ خراب ہوگئی میں اور میری نند اس کو ڈال ٹاؤن اتفاق ہسپتال کی ایمرجنسی میں لے گئے۔ انہوں نے میرے بیٹے کے ٹیسٹ کیے اور ہزاروں کے انجکشن اور ٹیسٹ لکھ دیئے۔ ہم نے ٹیسٹ کروا کر پتہ کروایا تو پیلا یرقان نکلا۔ پھر میری نند میرے بیٹے کو گھر لے آئی اور مجھے کہا کہ ایک پاؤ دودھ ایک پاؤ دہی اور ایک چمچ چینی ڈال کر مکس کرکے ایک چھوٹا چمچ میٹھا سوڈا بیٹے کے منہ میں ڈال کر اوپر سے وہ دودھ دہی مکس پلا دیں۔ اللہ شافی اللہ کافی صبح نہار منہ لینا ہے پھر گھنٹے بعد لال انار کا جوس دیں۔ پھر سارا دن گنڈیریاں اور مکی اور دودھ سوڈا دیں۔ چھوٹے بچے کو صرف تین دن صبح نہار منہ دینا ہے میرا بیٹا 14 سال کا ہے میری بچی کو بھی یرقان ہوا تو میں نے یہی کیا وہ ایک ہفتے میں ٹھیک ہوگئے۔ بڑے صبح شام خالی پیٹ یا ایک چمچ میٹھا سوڈا دودھ دہی کیساتھ ڈالکر کھائیں۔ ایک ہفتے بعد ابلے چاول اور اوپر شلجم یا ٹینڈے ڈال کر کھلائیں۔ (مسز قریحہ عباس، لاہور)

فاریہ محمود، پشاور

آسان حساب

آپ ﷺ نے فرمایا آسان حساب یہ ہے کہ بندہ کے اعمال نامہ پر نظر ڈالی جائے اور اس سے درگزر کی جائے۔

انسان کے تین دوست

علم' دولت اور عزت تینوں دوست تھے۔ ایک مرتبہ ان کے بچھڑنے کا وقت آگیا۔ علم نے کہا مجھے درسگاہوں میں تلاش کیا جاسکتا ہے۔ دولت کہنے لگی مجھے امراء اور بادشاہوں کے محلات میں تلاش کیا جاسکتا ہے۔ عزت خاموش رہی۔ علم اور دولت نے عزت سے اس کی خاموشی کی وجہ پوچھی تو عزت ٹھنڈی آہ بھرتے ہوئے کہنے لگی کہ جب میں کسی سے بچھڑ جاتی ہوں تو دوبارہ نہیں ملتی۔

دل چار قسم کے ہوتے ہیں

مسند احمد میں ہے رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ دل چار قسم کے ہیں۔

ایک تو صاف دل جو روشن چراغ کی طرح چمک رہا ہو۔

دوسرے وہ دل جو غلاف آلود ہیں۔

تیسرا وہ دل جو الٹے ہیں۔

چوتھا وہ دل جو مخلوط ہیں۔

پہلا دل تو مومن کا ہے جو پوری طرح نورانی ہے۔ دوسرا دل کافر کا دل ہے جس پر پردے پڑے ہوئے ہیں۔ تیسرا دل منافق ہے جو جانتا ہے اور انکار کرتا ہے۔ چوتھا دل اس منافق کا ہے جس میں ایمان اور نفاق دونوں جمع ہیں۔

ایمان کی مثال اس سبزے کی طرح ہے جو پاکیزہ پانی سے بڑھ رہا ہو اور نفاق کی مثال پھوڑے کی طرح ہے جس میں پیپ اور خون بڑھتا ہی جاتا ہے اب جو مادہ بڑھ جائے وہ دوسرے پر غالب آجاتا ہے۔ (تفسیر ابن کثیر)

آسان حساب

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ میں نے بعض نمازوں میں رسول اللہ ﷺ کو یہ دعا کرتے سنا۔ اَللّٰھُمَّ حَاسِبْنِیْ حِسَابًا یَّسِیْرًا "اے اللہ! میرا حساب آسان فرما۔" میں نے عرض کیا حضور ﷺ آسان حساب کا کیا مطلب ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا آسان حساب یہ ہے کہ بندہ کے اعمال نامہ پر نظر ڈالی جائے اور اس سے درگزر کردیا جائے۔ (یعنی کوئی پوچھ گچھ اور جرح نہ کی جائے) بات یہ ہے کہ جس کے حساب میں اس دن جرح کی جائیگی اے عائشہ رضی اللہ عنہا (اس کی خیر نہیں) وہ ہلاک ہوجائیگا۔ (مسند احمد)

بلی کی خدمت سے اولاد کی نعمت

گھنٹے دو گھنٹے بعد سانس میں خرخراہٹ ہوتی اور پھر جسم بے سدھ پڑا رہتا۔ دوسرا دن بھی گزرا پھر تیسرا دن پھر چوتھا پھر پانچواں دن اور یہ حالت بدستور برقرار رہی۔ سانس کی خرخراہٹ میں کراہنے کی کوشش کرتی مگر وہ بھی نہ ہو پاتا

(صفورا سلطانہ، کالا موسیٰ)

ہمارے محلے کی ایک عورت جس کا نام (ف) ہے اس کی جان کنی کی کیفیت کے بارے میں عرض کرنے سے پہلے اس کے بارے میں اور اس کی زندگی کے بارے میں کچھ عرض کرنا چاہتی ہوں۔ یہ عورت ایک طرح سے غلط کاموں میں مبتلا تھی اور اس گندگی میں بہت آگے تک جا چکی تھی۔ اس کے مختلف سیاسی اور پولیس کے لوگوں سے مراسم تھے اس لیے پکڑی نہ جاتی تھی اور لوگ اس کی اس حرکت پر خاموش تھے۔

ایک دفعہ اس عورت کے دیور نے اس کو بہت برا بھلا کہا اور اپنی بیوی کو اس سے دور رہنے کو کہا تو اس عورت نے دیور کو دھمکی دی کہ دیکھو اب میں تم سے کس طرح اس کا بدلہ لیتی ہوں۔ اس عورت نے دیور کی بیوی سے آہستہ آہستہ خفیہ دوستی لگانا شروع کردی۔ دوسری طرف اس نے باقاعدہ منصوبہ بندی کی اور ایک روز موقع پا کر کسی بہانے سے دیور کو "پارہ" پلا دیا۔ اس کا دیور بالکل ایک طرف سے اپاہج ہوگیا۔ چارپائی کے ساتھ لگ گیا اب اس عورت نے اپنے دیور کی بیوی کو اپنے رنگ میں رنگنا شروع کردیا۔ اس سے کہا کہ تمہارا خاوند کمانے کے قابل نہیں ہے اب کہاں سے کھاؤ گی؟؟؟ میرے ساتھ چلو بہت پیسہ ملے گا اور کوئی پریشانی نہیں رہے گی۔ اس طرح اس عورت نے دیور اور اس کی بیوی کی زندگی بھی تباہ کردی۔

دیور چارپائی پر پڑا ہوتا اس کے منہ پر مکھیاں بھنبھنا رہی ہوتیں اور یہ عورت اس کو طعنے دیتی کہ اب بتاؤ تم مجھے ناپاک کہتے تھے اب اپنی بیوی کی طرف دیکھ جو کچھ تمہیں کھلا رہی ہے یہ کس کمائی کی بدولت ہے۔ اللہ کی طرف سے رسی دراز کردی گئی اور موت تک دراز کردی گئی اس عورت پر کوئی ہاتھ نہ اٹھا سکا اور یہ بے حیائی میں آگے ہی آگے بڑھتی رہی۔ موت کا وقت آن پہنچا۔ یہ چارپائی پر پڑ گئی۔ مسلسل بیمار رہنے لگ گئی۔ آخر ایک دن بے سدھ ہوگئی۔ گھر والوں نے مرا تجویز کرلیا۔ تھوڑی دیر گزری جسم میں کچھ حرکت ہوئی اور سانس کی خرخراہٹ ہوئی تو پتہ چلا کہ زندہ ہے۔ کفن دفن کی تیاریاں روک دیں ایک دن اس طرح گزر گیا گھنٹے دو گھنٹے بعد سانس میں خرخراہٹ ہوتی اور پھر جسم بے سدھ پڑا رہتا۔ دوسرا دن بھی گزرا پھر تیسرا دن پھر چوتھا پھر پانچواں دن اور یہ حالت بدستور برقرار رہی۔ سانس کی خرخراہٹ میں کراہنے کی کوشش کرتی مگر وہ بھی نہ ہو پاتا۔ حتیٰ کہ 10 یا 12 دن گزر گئے۔ سب گھر والے سخت پریشان کہ جان نہیں نکل رہی۔ اس کے گھر والوں نے محلے کی عورتوں کو بلایا کہ سب مل کر یٰسین پڑھیں تاکہ جان نکل جائے۔

میں بھی والدہ کے ساتھ چلی گئی۔ سب نے یٰسین پڑھی اور عورت کا جسم بالکل بے سدھ ہوگیا ہم نے سوچا چلو جان کنی ختم ہوئی۔ ہم اٹھ کر واپس آنے لگیں تو پھر سانس کی خرخراہٹ ہوئی اور تکلیف دہ آواز نکلی۔ ہم سب سہم گئیں اور واپس آگئیں۔ اگلے دن پتہ چلا کہ اب واقعی جان نکل گئی ہے اور اس کی تجہیز و تکفین کردی گئی مگر اس میں تقریباً پندرہ دن لگ گئے۔ اللہ ایسی موت سے سب کی حفاظت فرمائے اور اعمال میں درستگی نصیب فرمائے۔

بلی کی خدمت......!

(انجینئر نوید اختر، راولپنڈی)

ہماری شادی 2009ء میں ہوئی اور زندگی کے دن ہنسی خوشی گزرنے لگے۔ وقت گزرتا گیا اور شادی کو ڈیڑھ سال بیت گیا مگر اولاد کی خوشی نصیب نہ ہوئی۔ بہت دعائیں کیں۔ بہت علاج بھی کیے، سارے طبی طریقے آزمائے مگر ابھی اللہ کی مرضی نہ تھی۔

ہم کرائے کے مکان میں رہائش پذیر تھے۔ یہ گھر آگے سے کھلا تھا اور اس میں بلیاں وغیرہ آسانی سے آجا سکتی تھیں۔ گھر کے اگلے حصے کے علاوہ باقی سارا گھر بند تھا اور کسی جانور کے آنے کا راستہ موجود نہ تھا۔ ایک بلی جو ذرا مختلف طبیعت کی تھی ہم دونوں میاں بیوی سے بہت جلد مانوس ہوگئی۔ وہ گھر میں آتی رہتی ہم اسے دودھ گوشت ڈالتے۔ وہ بڑی رغبت سے اسے کھاتی۔ کچھ دیر ہم سے کھیلتی اور چلی جاتی۔

کبھی کبھار رات کو آتی اور دروازے کے باہر کھڑی ہو جاتی گویا کہ اندر آنے کا ارادہ رکھتی ہو۔ اسی طرح علیحدہ ایک کرسی پر اس کا بستر لگتا اور وہ اس پر رات گزارتی اور صبح نماز کے وقت چلی جاتی۔ کچھ دنوں بعد پتہ چلا کہ بلی حاملہ ہے۔ کچھ دنوں بعد بلی آئی ہم نے اسے گوشت ڈالا کچھ اس نے کھایا اور کچھ ساتھ لے گئی۔ اسی طرح روزانہ آتی اور گوشت کا ٹکڑا اٹھا کر لے جاتی۔ چند دن اور گزرے صبح صبح بیدار ہوئے تو صحن میں بلی کے بچوں کی آواز محسوس ہوئی۔ دروازہ کھولا تو وہ بلی اپنے تین بچوں سمیت موجود تھی۔ دروازہ کھلنے پر وہ ایک ایک کرکے اٹھا کر اندر لے گئی اور ایک محفوظ جگہ پر ان کو رکھ دیا میں اور میری بیوی نے مشورہ کیا کہ اس کو یہاں سے نہیں نکالنا۔

اگرچہ اس بلی اور اس کے بچوں کی ہمیں تکلیف بھی تھی بہرحال میری بیوی نے بڑی توجہ سے ان کا خیال رکھا۔ ان کی گندگی کو صاف کیا کرتی ان کو دودھ اور گوشت دیتی۔ بلی کے بچوں میں دو بلے اور ایک بلی تھی۔ یہ بچے پورے گھر میں کھیلتے اور گھر میں رونق رہتی۔ ایک دن بلی یہاں سے چلی گئی اور اس کے تین بچے یہاں رہ گئے۔ وقت کے ساتھ ساتھ تینوں بچے ایک ایک کرکے غائب ہوتے گئے اور گھر میں پھر ان کی رونق ختم ہوگئی۔ ہماری اولاد نہیں تھی ہم بہت اداس ہوئے پھر میں اور میری بیوی نے مل کر ایک لمبی دعا مانگی اس میں میری بیوی بہت روئی اور عرض کیا کہ اللہ اگر تجھے ہمارا اس بلی اور اس کے بچوں کا خیال رکھنا پسند آیا تو ہمیں ان تینوں کے بدلے اپنی اولاد نصیب فرما۔ اللہ کو بلیوں کی یہ خدمت بہت پسند آئی اور ایک سال کے اندر اندر اللہ نے ہمیں ایک چاند سا بیٹا عطا فرمایا۔ اللہ سے بڑی امید ہے کہ ہمیں ان تین بلی کے بچوں کے بدلے تین بچے عطا فرمائے گا۔

ہڈیوں کی تکلیف کیلئے

ہر عمر کے لوگوں کیلئے اس مصنوعی خوراک کے دور میں ہڈیوں میں تکلیف موجود ہے۔ لوگ ہزاروں روپے لگاتے ہیں ڈاکٹروں کے پاس چکر لگاتے ہیں اور پھر بھی روتے رہتے ہیں۔ میں ایسے تمام مریضوں کو دعوت دیتی ہوں یہ عمل کریں۔ روزانہ رات کو یا صبح نہار منہ ایک انڈا۔ اس پر بسم اللہ مکمل پڑھیں پھر اس پر **یا قادر۔ یا قوی** پڑھیں اور تھوڑا سا چھلکا ہٹا کر کچا انڈا نگل لیں۔ اس کے بعد ذائقہ کی تبدیلی کیلئے نمک یا چینی یا سونف یا الائچی لے لیں۔ آپ کے اندر ایک ایسی طاقت آئے گی آپ حیران ہوں گے اور دانتوں کو جو فرحت نصیب ہوگی کہ اخروٹ بادام توڑ کر کھا لیں گے۔ میرے بزرگوں کے اس فارمولے کو اور کلام الٰہی کو آزمایئے اور مجھ ناچیز کو دعاؤں میں یاد رکھئے گا۔ **(ڈاکٹر ام ایمان کاظمی)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ تجربہ کوئی فارمولا آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اپریل کے جوابات

1۔ محترم جناب شبیر احمد صدیقی صاحب یقیناً پیٹ میں پانی پڑ جانا ایک گھمبیر مرض ہے اور واقعی ایک وقت ایسا آتا ہے کہ ڈاکٹر اس مریض کو لاعلاج قرار دیتے ہیں لیکن اللہ تعالیٰ نے مایوسی کو گناہ قرار دیا ہے اور قدرتی جڑی بوٹیوں میں اس مرض کا شافی علاج رکھا ہے۔ صدیقی صاحب آپ اپنے ماموں کو دیہاڑی لورڈ جوارش زرغونی ادویات پر لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق 5 ماہ تک استعمال کرائیں۔ یہ ادویات اس مسئلے کا آخری اور موثر حل ہے۔ (وحیدا حمد، کراچی)

2۔ محترم جبار صاحب اللہ آپ کی پریشانیاں دور کرے۔ آپ سب سے پہلے پانچ وقت کی نماز کا اہتمام کریں اور روزانہ 1900 بار بسم اللہ مکمل اول و آخر درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔ کم از کم 40 روز۔ انشاءاللہ 40 دن میں ضرور کوئی سبب بنے گا۔ توجہ اور یقین ضروری ہے۔ آپ جتنی توجہ اور یقین کے ساتھ یہ وظیفہ پڑھیں گے اتنی ہی جلدی آپ کے باہر جانے کے سبب پیدا ہوں گے۔

(مولانا شکیل، کراچی)

3۔ بیٹا آپ نماز نہ چھوڑیں۔ دو انمول خزانے روزانہ 21 بار پڑھیں پابندی سے۔ بیٹا میرا کاروبار بھی دن بدن خراب ہوتا چلا جا رہا تھا۔ مجھے میرے ایک رشتہ دار نے دو انمول خزانے پڑھنے کیلئے دیئے ابھی میں نے چند دن ہی توجہ اور یقین کے ساتھ پڑھے تھے کہ میرا کاروبار پہلے سے بھی اچھا ہو گیا۔ آپ روزگار اور جادو کیلئے دو انمول خزانے کا ورد جاری رکھیں۔ اس کے علاوہ روزانہ 800 بار بسم اللہ مکمل اول آخر درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔ (محمد عبید اللہ، سکھر)

4۔ بہن! میری پھوپھی جان کو بھی جوڑوں کی بڑی سخت تکلیف تھی۔ وہ نماز پڑھ سکتی تھیں اور نہ ہی سیڑھیاں چڑھ سکتی تھیں۔ ہم نے ماہنامہ عبقری کے دفتر سے روحانی پھکی لے کر شہد کے ساتھ ملا کر اپنی پھوپھی جان کو کچھ عرصہ استعمال کرائی۔ اللہ تعالیٰ کے کرم سے ان کے جوڑوں کے درد اب بالکل ٹھیک ہیں۔ آپ بھی اپنی والدہ کو روحانی پھکی شہد کے ساتھ ملا کر استعمال کرائیں۔ (ماریہ، لاہور)

مئی کے سوالات

1۔ میری کزن غیر شادی شدہ ہیں ان کو بریسٹ کینسر ہو گیا ہے اس کا آپریشن ہو گیا ہے۔ ٹیومر نکال دیا گیا ہے۔ لیکن اب ایک طویل علاج شروع ہو گیا جس میں سخت دوائیاں انجکشن وغیرہ۔ اگر قارئین کے علم میں کوئی دعا وظیفہ روحانی علاج یا کوئی ایسا ٹوٹکہ ہو تو ضرور بتائیں جس سے اس علاج کا سائیڈ ایفیکٹ نہ ہو جیسے بال گرنا، معدے پر اثر، ماہانہ نظام کا بند ہو جانا وغیرہ شامل ہیں۔ ایسا نسخہ بتائیں کہ آئندہ یہ تکلیف دوبارہ نہ ہو اور کبھی آپریشن بھی نہ ہو۔ ہم اپنی کزن کی وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ قارئین سے درخواست ہے کہ دعاؤں میں خاص طور پر یاد رکھیں۔ (پلوشہ، آزاد کشمیر)

2۔ قارئین! میں جب بھی بات کرتا ہوں تو میرے منہ سے تھوک کی چھینٹیں نکل کر سننے والے کے منہ پر پڑتی ہیں جس سے بڑی شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے۔ اس شرمندگی کی وجہ سے میں کسی سے جلدی ملتا بھی نہیں ہوں۔ مہربانی فرما کر اس کا حل یا علاج بتائیں۔ (صفدر خان، گوجرانوالہ کینٹ)

3۔ میری والدہ کو پچھلے 13 سال سے شوگر ہے۔ ہم پچھلے 13 سالوں سے ہر جگہ علاج کروا کروا کر تھک گئے ہیں لیکن میری والدہ کی شوگر کنٹرول نہیں ہو رہی۔ طرح طرح کی ادویات کھا کھا کر میری والدہ کا دل اور دماغ بہت ہی کمزور ہو گیا ہے۔ میں شوگر ہونے کی وجہ سے خمیرہ وغیرہ بھی نہیں دے سکتی۔ دل اور دماغ کی طاقت کیلئے بغیر میٹھے کے کوئی چیز بتا دیں اور کوئی ایسی چیز جو شوگر کا مریض کھا سکتا ہو۔ براہ مہربانی شوگر کے علاج کیلئے کوئی طبی یا روحانی نسخہ ضرور بھیج دیں۔

(ش۔ ب۔ ا، لاہور)

4۔ میں نہاتے ہوئے کان میں پانی ڈال لیتا تھا جس وجہ سے اگر نماز آہستہ پڑھوں تو سننے میں دقت ہوتی ہے اس لئے اونچی آواز میں پڑھتا ہوں لیکن ساتھ والے نمازی بھائیوں کو بہت دقت ہوتی ہے۔ براہ مہربانی کان سے پانی نکالنے کا کوئی آسان سا نسخہ ارسال کر دیں میں ہمیشہ آپ کو دعائیں دوں گا۔ (قاری عبدالحفیظ، گجرات)

سانس پھولنے کا نسخہ

آدھا چمچ صبح، دوپہر، شام خالی پیٹ ہمراہ پانی انشاءاللہ سوزاک کا نام و نشان نہیں رہے گا۔

سانس پھولنے کا نسخہ: مصطگی رومی، مرچ سیاہ، کباب چینی 3-3 تولہ سب کو باریک پیس لیں۔

خوراک: ایک کیپسول چھوٹا دن میں 3 مرتبہ۔ انشاءاللہ شفا ہوگی۔

سفوف مغلظ: موصلی سفید 25 گرام، موصلی سیاہ 25 گرام، گلنار 25 گرام، تالمکھانہ 25 گرام، لاجونتی 25 گرام، سنگھاڑے 25 گرام، گوندکیترا 25 گرام، کیکر پھلی 25 گرام، چھلکا اسپغول 50 گرام، مصری 250 گرام سب کو باریک پیس کر سفوف بنالیں۔

خوراک: 1 چمچ صبح و شام ہمراہ دودھ استعمال کریں انشاءاللہ شفا ہوگی۔

نسخہ برائے سوزاک: ملٹھی 5 تولہ، سونف 5 تولہ، ہلدی سالم 5 تولہ، سب کو الگ الگ باریک کر کے سفوف بنالیں پھر سب کو آپس میں ملا دیں۔

خوراک: ½ چمچ صبح، دوپہر، شام خالی پیٹ ہمراہ پانی انشاءاللہ سوزاک کا نام و نشان نہیں رہے گا۔

روغن مالش جوڑ: لونگ 1 تولہ، دارچینی 1 تولہ، جائفل 1 تولہ، جاوتری 1 تولہ، حرمل 1 تولہ، تخم سنبھالو 1 تولہ، تیل تل ڈیڑھ پاؤ۔ ان سب کو تیل میں جلائیں، پھر نتھار کر چھان لیں اب اسے متاثرہ حصہ پر مالش کریں۔ انشاءاللہ شفا ہوگی۔ جوڑوں کے درد میں مفید ہے۔

حب جوڑ درد: گوگل مصفیٰ 5 تولہ، حرمل مصفیٰ 5 تولہ۔ دونوں کا سفوف بنا کر گولیاں چنے برابر بنالیں۔ **خوراک:** 2 گولی صبح دوپہر شام ہمراہ پانی لیں انشاءاللہ دردوں سے شفا یابی ہوگی۔

دماغی معجون: گھی دیسی 1 پاؤ، چینی 1 پاؤ، زعفران 1/2 تولہ، مغز بادام 1 پاؤ بادام باریک کر کے چینی اور گھی کے قوام میں ملائیں بعد میں اتار کر زعفران ملا دیں۔ **خوراک:** 1 تولہ صبح و شام استعمال کریں۔ (صفحہ نمبر 214)

بحوالہ "مجھے شفاء کیسے ملی" لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

ناہموار راستہ

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے میاں جو کہ حقیقت میں اس دنیا میں نہیں ہیں وہ جیسے موٹر سائیکل پر سوار کہیں جا رہے ہیں میں انہیں چھت سے دیکھ رہی ہوں۔ میں کیا دیکھتی ہوں کہ جس راستے سے وہ جا رہے ہیں وہ راستے بہت ہی ناہموار اور ٹیڑھے میڑھے سے ہیں سامنے ہی راستے کے درمیان میں گندے پانی کا تالاب ہے اور وہ اس میں گر گئے ہیں۔ وہ اس میں سے نکلنے کی بہت کوشش کر رہے ہیں لیکن ان سے باہر نہیں نکلا جا رہا اور وہ جیسے نیچے کو دھنستے ہی چلے جا رہے ہیں پھر وہ ڈوب جاتے ہیں۔ میں وہیں سے انہیں دیکھ رہی ہوں۔ پھر میں کیا دیکھتی ہوں کہ جیسے میرے جیٹھ اب وہ بھی اس دنیا میں نہیں ہیں۔ نماز کیلئے جا رہے ہیں اور انہوں نے بہت سفید کپڑے پہن رکھے ہیں انہیں اس بات کا بھی نہیں پتا کہ ان کا بھائی باہر ڈوب گیا ہے۔ وہ جب اسی راستے سے گزرتے ہیں تو وہ اسی گندے پانی میں چھلانگ لگا کر اپنے بھائی یعنی میرے میاں کو موٹر سائیکل سمیت ہی نکال کر سائیڈ پر رکھ کر واپس گھر میں آتے ہیں اور جب وہ گھر کی چھت پر آتے ہیں تو انہوں نے جو سفید کپڑے پہنے ہوئے تھے وہ اب ان کے جسم پر نہیں ہیں۔ اس کی جگہ انہوں نے دھوتی پہن رکھی ہے۔ اچانک ان کو چکر آتے ہیں تو میں ان کو سہارا دے کر چارپائی پر لٹاتی ہوں۔ دروازے پر کوئی دستک دیتا ہے تو میں دروازہ کھولتی ہوں تو میرے میاں کھڑے مسکرا رہے ہوتے ہیں میں ان کو ہنستا دیکھ کر بھاگنے کیلئے مڑتی ہوں تو وہ مجھے کہتے ہیں کہ میرے پاس رکو گی نہیں تو میں یہ کہہ کر بھاگ جاتی ہوں کہ اندر بھائی جان (میرے جیٹھ) آئے ہوئے ہیں۔ اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ (ایف رمضان، لالہ موسیٰ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے شوہر اور آپ کے جیٹھ مرنے کے بعد اچھی حالت میں نہیں ہیں لہٰذا آپ ان کو نفلی عبادات و صدقات ہدیہ کر کے ثواب پہنچائیں۔

ہاتھ کی لکیریں

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنے ہاتھ کو پھیلاتی ہوں تو ہتھیلی کے اوپر انگوٹھے کے پاس ایک سیدھی لکیر ہے اس کے پاس دو تین چھوٹے چھوٹے ستارے ہیں اور ان کے درمیان کچھ گول اور چوکور قسم کے نشان ہیں۔

تعبیر: آپ کا خواب بہت مبارک ہے اور آپ کو اپنے خاندان کے حوالے سے دو تین بڑی اچھی خبریں جلد ہی ملیں گی۔ نیز مالی خوشحالی کا بھی اشارہ ہے۔ (سائرہ، شرقپور)

بند آنکھیں

خواب: میں یہ خواب اکثر دیکھتی ہوں کہ میں کسی اجنبی جگہ پر موجود ہوں۔ میرے اردگرد بہت سے لوگ ہیں میری آنکھیں بند ہیں اور مجھے کچھ بھی دکھائی نہیں دیتا۔ لوگ مجھ سے باتیں کرتے ہیں‘ کوئی اپنے پاس بلاتا ہے یا کوئی چیز پکڑانے کیلئے کہتا ہے تو میں انہیں بالکل نہیں بتاتی کہ مجھے نظر نہیں آ رہا بلکہ میں ٹٹول ٹٹول کر یا ہاتھ پھیلاتے ہوئے سارے کام کرتی ہوں۔ میری پوری کوشش ہوتی ہے کہ کسی کو پتہ نہ چلے کہ مجھے نظر نہیں آ رہا۔ اس دوران میں بہت مضبوطی سے بند اپنی آنکھیں کھولنے کی بہت کوشش کرتی ہوں مگر میری آنکھیں تھوڑی سی کھلتی ہیں اور پھر بند ہو جاتی ہیں۔ کافی زیادہ وقت گزرنے کے بعد میری آنکھیں پوری طرح کھل جاتی ہیں اور میں بہت سا فاصلہ طے کر چکی ہوتی ہوں۔ اس کے بعد میں بہت خوش ہوتی ہوں کہ کسی کو پتہ بھی نہیں چلا اور مجھے نظر آنا بھی شروع ہو گیا۔ (ن، ایبٹ آباد)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اس بات کا اندیشہ ہے کہ آپ کی ضرورت سے زیادہ اعتماد کرنے کی عادت آپ کو نقصان سے دوچار کر دے گی۔ لہٰذا ہر معاملہ کو اچھی طرح سوچ سمجھ کر طے کیا کریں اور بلاضرورت بھروسے کی عادت کو ترک کر دیں۔

تعلیمی مشکلات

خواب: میں اکثر خواب میں اپنے سکول کی دسویں کلاس میں ہوتی ہوں جس میں وہی ٹیچر اور کلاس کی وہی لڑکیاں ہیں جن کے ساتھ میں دسویں کلاس میں پڑھتی تھی۔ میں کافی سال پہلے میٹرک کر چکی ہوں مگر بار بار مجھے یہ خواب آتا ہے کہ میں اس کلاس میں ہوں اور پڑھ رہی ہوں یا سکول جانے کیلئے تیاری کر رہی ہوں کبھی مجھے سبق نہیں آ رہا ہوتا۔ (ر، سندھ)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو تعلیم کے حوالے سے بعض رکاوٹوں کا سامنا ہے۔ آپ بعد نماز فجر 150 بار ”یَا عَلِیْمُ“ پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔

معنوی بجلی

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ میں اور میری والدہ بیٹھے ہوئے ہیں۔ والدہ مجھے کہتی ہیں کہ بازار سے سامان خرید کر لاؤ تو میں انکار کر دیتا ہوں تو والدہ مجھے کہتی ہیں کہ تو نے S سے شادی کرنی ہے تو سامان لا کے دے۔ میں کہتا ہوں ٹھیک ہے پھر ہم دونوں بیٹھتے ہیں۔ پھر منظر بدلتا ہے میں دیکھتا ہوں کہ بارش ہو رہی ہے میری دکان کے مین سوئچ میں بارش کا پانی جا رہا ہے اور آگ بھی نکل رہی ہے۔ روڈ پر پانی بھر گیا ہے۔ میری دکان کے سامنے بجلی والوں کی دکان ہے (حقیقت میں بھی دکان آمنے سامنے ہے) جو روڈ پر پانی ہوتا ہے اس میں بجلی ہوتی ہے اور میرا چھوٹا بھائی مجھے پکار رہا ہے تو سامنے والے کا لڑکا کہتا ہے کہ تو بھاگ جا۔

تو میرا بھائی کہتا ہے مجھے میرا بھائی بچائے گا۔ پھر منظر بدلتا ہے میں دیکھتا ہوں کہ میرے چھوٹے بھائی کو براؤن کلر کے سانپ نے کاٹ لیا ہے۔ میری والدہ نے بھی خواب میں دیکھا کہ اسے سانپ نے کاٹ لیا ہے اور میرا چھوٹا بھائی نانا کے گھر گیا ہے اور وہاں کھیلتے ہوئے بے ہوش ہو گیا اور میری نانی رو رہی ہے۔ (حقیقت میں بھی میں نے اپنی دکان پر سانپ کا بچہ مارا تھا)

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو یہ اشارہ دیا گیا ہے کہ حرام ذریعہ آمدنی سے خود بھی بچیں اور راہ روں کو بھی بچانے کی کوشش کریں۔ خود بھی نیک اعمال اختیار کریں اور دوسروں کو بھی نیکی کی دعوت دیں۔ یہی منصب تمام اولیاء اللہ کا رہا ہے۔ بہتر ہوگا کہ آپ کسی متبع سنت اللہ والے سے اپنا اصلاحی تعلق قائم کریں۔ اور دینی کتب کا بغور مطالعہ کریں۔

عرشِ الٰہی کے سائے میں

حضرت علامہ تھانوی رحمۃ اللہ علیہ حضور اکرم ﷺ کا یہ ارشاد مبارک نقل کرتے ہیں کہ تین آدمی قیامت کے دن اللہ تعالیٰ کے عرش کے سائے میں ہوں گے جس دن اس سائے کے علاوہ اور کوئی سایہ نہ ہوگا۔

1- وہ شخص جو کسی مصیبت زدہ کی مصیبت ہٹائے۔

2- جو میری سنت کو زندہ رکھے۔

3- وہ شخص جو میرے اوپر کثرت سے درود بھیجے۔

(حاجی ایوب اعظم، لیہ)

بد بخت بیٹے کا باپ کی میت سے سلوک

نور حسین خان، کراچی

سسر کے فوت ہونے کے بعد اللہ پاک نے ایسا صلہ دیا کہ بس غیب سے دروازے کھلنے شروع ہوگئے۔ دولت آنی شروع ہوگئی اپنا مکان بن گیا' کئی مربعے اراضی خرید کرلی اب کوئی یقین نہیں کرتا کہ وہ شخص اتنا غریب تھا

ہمارے علاقے میں غریب شخص رہتا تھا۔ تھوڑی سی زمین تھی اس کے والد کو فالج کا حملہ ہوگیا' زبان بند ہوگئی ہاتھ اور پاؤں نے بھی کام کرنا چھوڑ دیا تھا حتیٰ کہ خوراک بھی نہیں کھا سکتا تھا۔ کوئی نرم غذا یا جوس یا شیرا بنا کر منہ میں ڈالنا پڑتا تھا۔ اس شخص کی بیوی نے سسر کی بہت خدمت کی۔ سسر بول نہیں سکتا تھا۔ اس شخص کی بیوی خوراک کے ساتھ ساتھ اس کے کپڑوں وغیرہ کا بھی خیال رکھتی تھی۔ جب اس شخص کی بیوی سسر کے منہ میں شیرا ڈالتی تھی تو وہ آسمان کی طرف منہ کرکے عجیب قسم کی آوازیں نکالتا تھا ایسے محسوس ہوتا تھا جیسے دعا دے رہا ہو۔ کافی عرصہ سسر بیمار رہا مگر اس شخص کی بیوی نے ایک دن بھی اُف نہ کی۔ اچانک سسر کا انتقال ہوگیا۔ اس شخص کی بیوی کو بہت دکھ ہوا اور بجائے خوش ہونے کے چلو جان چھوٹی' بہت روئی۔ سسر کے فوت ہونے کے بعد اللہ پاک نے ایسا صلہ دیا کہ بس غیب سے دروازے کھلنے شروع ہوگئے۔ دولت آنی شروع ہوگئی اپنا مکان بن گیا' کئی مربعے اراضی خرید کرلی اب کوئی یقین نہیں کرتا کہ وہ شخص اتنا غریب تھا۔ والدین کی خدمت کرنے اور دعائیں لینے میں سارا راز پوشیدہ ہے۔ اگر یہ نکتہ سب کو سمجھ آجائے تو دنیا بھی سنور جائے گی اور آخرت بھی سنور جائے گی اور اللہ پاک کسی کی نیکی کو ضائع نہیں کرتا اور والدین کی خدمت کرنا سب سے بڑی عبادت اور نیکی ہے۔

چھوٹے صاحب کی نیند کا وقت

میں ٹیکسی ڈرائیور ہوں۔ ایک دن میں ٹیکسی چلا رہا تھا تو ایک شخص نے اپنا سچا واقعہ سنایا کہ میں بہت بڑے فیکٹری کے مالک کے پاس منیجر ہوں۔ مغرب کے وقت اس کے والد فوت ہوگئے۔ میں مغرب کے وقت واپس چلا جاتا ہوں۔ اس وقت فون کا رواج نہیں تھا۔ صبح ہی ملاقات ہوتی تھی۔ صبح جب مالک کے پاس گیا تو مالک کا ملازم کہنے لگا کہ مالک نے کہا کہ رات کو والد صاحب فوت ہوگئے تھے میں نے نعش کو کوٹھی کے پچھواڑے رکھوا دیا ہے کیونکہ بچے ڈرتے تھے اور چھوٹے صاحب کی نیند کا وقت بھی ہوگیا تھا۔ مالک نے کہا کہ میں نے سوچا کہ صبح منیجر آجائے گا اور خود ہی کفن دفن کا بندوبست کردے گا۔ ساری رات کیوں بلاوجہ بچے پریشان ہوں۔ جاؤ اور نعش گھر لے آؤ اور بندوبست کرو۔

باپ کو ان لوگوں نے ایک ناکارہ پرزہ سمجھا ہوا ہے جہاں مرضی آیا پھینک دیا۔ یا پھر گھر کی رکھوالی کیلئے گھر میں رکھتے ہیں۔

ریڈی ایٹر میں نسوار ڈال دو

ٹیکسی چلاتے ہوئے عرصہ گزر گیا ہے۔ کئی ایسے تجربات ہوئے ہیں جن کا بظاہر یقین نہیں ہے۔ ایک دفعہ سفر پر جارہا تھا۔ راستے میں ریڈی ایٹر لیک ہوگیا۔ قریب کوئی دکان نہیں تھی' سمجھ نہیں آرہی تھی کہ کیا کروں' اچانک دل میں خیال آیا کہ ریڈی ایٹر میں نسوار ڈال دو' میں نے نسوار ریڈی ایٹر میں ڈال دی' چند منٹ بعد سوراخ بند ہوگیا پھر تو میں نے یہ سب کو بتایا جب بھی کسی کا ریڈی ایٹر لیک ہوتا وہ بجائے مستری کے پاس جانے یا ٹانکا لگوانے کے وہ قریباً دو روپے کی نسوار لیتا ہے اور ریڈی ایٹر میں ڈال دیتا ہے اور سوراخ فوراً بند ہوجاتا ہے۔

سوزاک کا علاج

لال سفید 20 گرام پھٹکڑی سفید 20 گرام سنگ جراحت 10 گرام مصطگی رومی 6 ماشہ پھٹکڑی کو لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر گرم کریں جب وہ پانی ہوجائے تو اس میں سنگ جراحت تھوڑا تھوڑا ڈالتے جائیں جب پھٹکڑی پھول جائے تو اسے نیچے اتار کر اس میں باقی ادویہ ڈال کر سفوف بنالیں۔ 2 ماشہ دو دھ کی لسی سے استعمال کریں۔ جس مریض کو بھی دیا اسی کو شفا ہوئی ہے۔ ایک مریض کو 30 سال کا سوزاک تھا خون آتا تھا 3 خوراکوں سے ہی آرام آگیا۔

طاقت کیلئے

جن کا مزاج گرم ہو ان کیلئے چلاس کے ایک حکیم بابا کا یہ نسخہ ہے میں نے آج تک تقریباً 40 مریضوں کو یہ نسخہ استعمال کروایا وہ سب کے سب ٹھیک ہوگئے۔ **حب الشفا** منگوا کر آدھی چمچی ایک پاؤ دودھ میں ڈال دیں اور ایک گھنٹے کے بعد استعمال کریں۔ کم از کم 40 دن۔ **(عبدالرحمن قریشی)**

آیت کریمہ کا وظیفہ

ایک بہن

یہ رسالہ بہت خوب ہے میرے پاس تعریف کے لفظ کم ہیں۔ حکیم صاحب! جب تک رسالہ نہیں مل جاتا ہر ماہ انتظار رہتا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ناچیز آپ کا رسالہ عبقری 2008ء سے پڑھ رہی ہوں یہ مجھے میری ایک رشتہ دار سے ملا اور اب تک میں نے یہ رسالہ کئی گھرانوں کو لگوایا جو آگے پڑھنے والوں کو لگواتے ہیں۔ یہ رسالہ بہت خوب ہے میرے پاس تعریف کے لفظ کم ہیں۔ حکیم صاحب! جب تک رسالہ نہیں مل جاتا ہر ماہ انتظار رہتا ہے۔ 2008ء سے اب تک سب رسالہ پڑھے اور فائدے بھی بہت زیادہ اٹھائے۔ حکیم صاحب! اس کی قیمت بھی بہت مناسب ہے۔ ہر صفحہ کئی بار پڑھتی ہوں اس میں ہر دکھ کی دوا موجود ہے۔ حکیم صاحب! اس رسالہ سے میں نے ایک وظیفہ آیت کریمہ کا سوالاکھ اپنے بیٹے کیلئے جو کہ قرض لے کر برطانیہ گیا ہوا تھا پڑھا۔ ویزا ختم ہونے میں ہفتہ رہ گیا تھا اور جاب نہیں ملی تھی۔ پریشانی حد کو بڑھی۔ آیت کریمہ کی برکت سے میرے بیٹے کو اچھی جاب مل گئی تنخواہ بھی اچھی ہے۔ یہی وظیفہ اپنی بھتیجی کو پڑھنے کیلئے دیا۔ وہ بھی پڑھ رہی ہے ماسٹرز کیلئے۔ اس کا بھی یونیورسٹی میں داخلہ کیلئے لیٹر آگیا۔ حکیم صاحب! رسالے موجود نسخے میں خود بھی استعمال کرتی ہوں اور لوگوں کو بھی بتاتی ہوں سب کو ہی بہت فائدہ ہوا ہے۔

کیا آپ نے روحانی پھکی استعمال کی؟

آپ کا رسالہ بہت ہی اچھا ہے میں نے اس میں سے دیکھ کر آپ کے دفتر سے روحانی پھکی منگوائی۔ اس کے اتنے اچھے رزلٹ سامنے آئے کہ ہم حیران ہوگئے۔ جوڑوں کے درد میں میرے ابو کو اتنا افاقہ ہوا ہے۔ گیس میں بھی مفید ہوئی ہے میرے ابو بتاتے ہیں پہلے نماز میں اٹھنے بیٹھنے میں اتنا مسئلہ ہوتا تھا لیکن اب بغیر کسی تکلیف کے سکون سے نماز پڑھ کر ذکر و اذکار کر لیتے ہیں۔ ابو نے اپنے کارخانے میں جتنے لوگوں کو معدے کی تکلیف' پیٹ میں گیس تھی ان کو روحانی پھکی دی۔ ایک ابو کے دوست جو لاٹھی لیکر چلتے تھے ان کو دوائی دی تو انہوں نے کچھ عرصہ دوائی استعمال کی اب وہ لاٹھی کے بغیر چلتے ہیں۔ بہرحال جن لوگوں نے یہ دوائی استعمال کی ہے فائدہ ہی ہوا ہے۔ **(ام معروف)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

خوداعتمادی کی کمی

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دل میں ہمیشہ ایک خوف رہتا ہے کہ کہیں کچھ ہو نہ جائے یہ خوف کسی جن چڑیل یا شخص کا نہیں بس ایک انجانا سا خوف ہے جس کے بارے میں آپ کو بتا نہیں سکتی۔ اس کے علاوہ چھوٹی چھوٹی باتوں پر میں بہت جلد پریشان ہوجاتی ہوں۔ مسئلہ اتنا بڑا نہیں ہوتا لیکن اس کے بارے میں گھنٹوں سوچتی رہتی ہوں، اتنا سوچتی ہوں کہ سر درد کرنا شروع کردیتا ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میرا دماغ پھٹ جائے گا مجھ میں خوداعتمادی کی بہت کمی ہے۔ میں نے ایف ایس سی کی ہوئی ہے جب امتحان کا وقت آتا ہے تو میری تیاری بھی ٹھیک ہوتی ہے میں کسی مضمون کی تیاری کرتی ہوں تو میرے ذہن میں صرف ایک ہی سوچ ہوتی ہے کہ میں اس کی تیاری نہیں کرپاؤنگی مجھے ایسے لگتا ہے کہ یہ بہت مشکل ہے۔ مجھے کسی سوال کا جواب آبھی رہا ہوتا ہے تو میں پریشانی اور گھبراہٹ کی وجہ سے اسے غلط کردیتی ہوں، اسی کیفیت کے باوجود بھی میں نے ایف ایس سی کرلی جب بی ایس سی میں داخلہ لیا اور امتحان کا وقت آیا تو میرا مسئلہ شدت اختیار کرگیا کہ میں تیاری کے دوران کتاب سامنے رکھ کر یہ سوچتی رہتی کہ میں بی ایس سی نہیں کرپاؤنگی، اس سوچ کے دوران میرا دل زور زور سے دھڑکتا تھا' پسینے آنے لگتے تھے اور پھر اتنی شدید کمزوری ہوجاتی تھی کہ میں بالکل نڈھال ہوجاتی تھی۔ غرضیکہ میں نے بی ایس سی کا امتحان نہیں دیا اور پڑھائی نامکمل چھوڑ دی۔

مشورہ: محترمہ آپ کا مسئلہ یہ ہے کہ آپ کوئی بھی کام شروع کرنے سے پہلے اس کا نتیجہ سوچ لیتی ہیں۔ ابھی امتحان دیا نہیں حتیٰ کہ تیاری بھی نہیں کی اور یہ سوچ لیا کہ اس میں ناکام ہوجائیں گی۔ جب پڑھا ہی نہیں تو پھر تو لازمی طور پر فیل ہی ہوں گے لیکن جب پڑھیں گے' تیاری کریں گے تو امتحان دیں تو کامیابی بھی یقیناً ہوگی، اس بات کا علم آپ کو بھی ہے اور ہونا بھی چاہیے کہ مسائل کا حل پریشانی میں نہیں ملتا بلکہ پرسکون انداز میں مسئلے کو حل کرنے سے ملتا ہے۔ آپ کا یہ خیال ہے کہ آپ میں خوداعتمادی کی کمی ہے یہ بھی قطعاً درست نہیں ہے۔ آپ میں خوداعتمادی ہے اور جو کام چاہیں کرسکتی ہیں، یاد رکھیں کہ جب آپ کوئی کام کررہی ہیں اور آپ کے ذہن میں یہ خیال ہے کہ یہ کام بہت اچھا ہوگا اور اس پر آپ کو ایوارڈ بھی ملے گا اور اس کیلئے آپ پوری جدوجہد کررہی ہیں تو اس میں آپ کو لازمی کامیابی ہوگی، اس کے ساتھ ساتھ اگر آپ روزانہ صبح اٹھ کر نماز کے بعد ہلکی پھلکی سیر اور ورزش کی عادت اپنالیں تو پھر بھی صورت حال بدل سکتی ہے۔

وہ راستہ روکتا ہے

میں اس وقت ایف ایس سی کی طالبہ ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں جب کالج جانے کیلئے گھر سے نکلتی ہوں تو ایک آدمی مجھے روز دیکھتا ہے ایک دن اس نے مجھے روک کر کہا کہ وہ مجھ سے شادی کرنا چاہتا ہے۔ وہ پہلے سے شادی شدہ ہے اور دو بچوں کا باپ بھی ہے۔ بعد میں معلوم ہوا کہ وہ ہمارے جاننے والوں میں سے ہے اور ہمارے گھر آتا جاتا رہتا ہے۔ میرے ساتھ یہ بات کرنے کے بعد تو وہ اکثر کسی نہ کسی بہانے آجاتا ہے۔ میں باہر نکلتی ہوں تو وہ عجیب و غریب حرکات کرکے میری توجہ حاصل کرتا ہے۔ میں اس سے اپنی جان چھڑانا چاہتی ہوں کیونکہ مجھے اس سے بہت ڈر لگتا ہے کہ کہیں وہ کوئی ایسی ویسی بات کسی سے نہ کہہ دے۔ وہ تقریباً 34 سال کا ہے اور ایف اے پاس ہے، اس کی بیوی سے میں کسی وقت پڑھا کرتی تھی۔ میں اپنے پانچ بھائیوں کی اکلوتی بہن ہوں اور انہیں مجھ پر بے حد اعتماد ہے۔ میرے والدین بھی مجھ سے بے حد محبت کرتے ہیں۔ ڈرتی ہوں کہ کسی وجہ سے میرے گھر والے میرے اوپر شک نہ کریں۔ آپ مجھے اس الجھن کا کوئی حل بتادیں۔ (حیرو۔۔۔کاموکے)

مشورہ: محترمہ آپ نے خط میں جس مسئلے کا ذکر کیا ہے اس سے ہمارے معاشرے کی اکثر لڑکیاں دوچار ہیں۔ راستہ چلتے ہوئے اوباش اور لوفر قسم کے لوگ نیک اور شریف لڑکیوں کو تنگ کرتے ہیں۔ بہرحال آپ کے معاملے میں آپ کو یہ مسئلہ اپنے اہل خانہ کے نوٹس میں لانا چاہیے سب سے پہلے تو اس کا اپنے گھر میں داخلہ روکیں۔ آپ کے گھر والے ایسے شخص کو گھر میں داخل کیوں ہونے دیتے ہیں؟ اور پھر اس کی بیوی کے علم میں یہ بات لائیں کہ وہ آپ سے دوسری شادی کرنا چاہتا ہے۔ آپ کا یہ کہنا کہ آپ اس بات سے خوفزدہ ہیں کہ وہ کہیں کوئی ایسی ویسی بات نہ کہہ دے درست نہیں ہے اگر آپ نے کوئی ایسی غلط حرکت یا بات نہیں کی تو پھر آپ کو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ پورے اعتماد کے ساتھ یہ بات اپنے اہل خانہ کے گوش گزار کردیں اور خوداطمینان سے بیٹھ جائیں۔

مذاق حقیقت نہ بن جائے

میں اس وقت یونیورسٹی میں پڑھتی ہوں۔ میرا تعلق بہت ہی مذہبی اور شرعی پردہ کی پابند فیملی سے ہے۔ ہم چار بھائی اور دو بہنیں ہیں سب سے بڑی میری بہن جو شادی شدہ اور بچوں والی ہیں اس کے بعد دو بھائی اور پھر میرا نمبر ہے اور میرے بعد دو بھائی مجھ سے چھوٹے ہیں اور سب غیر شادی شدہ ہیں۔ صورتحال یہ ہے کہ میرے ایک کلاس فیلو نے مجھے منہ بولی بہن بنالیا ہے۔ وہ میرے ساتھ بالکل بھائیوں کی طرح ہی ملتا ہے وہ کئی مرتبہ اپنی سگی بہن کے ہمراہ ہمارے گھر بھی آیا ہے اور میری امی اور چھوٹے بھائیوں سے بھی ملا ہے۔ ہمارے گھر آنے پر کبھی ہماری بات چیت نہیں ہوتی بلکہ اس کی بہن سے ہی بات چیت ہوتی ہے۔ مگر یونیورسٹی میں ہماری اکثر گپ شپ ہوتی ہے۔ میری امی کہتی ہیں کہ تمہارے اپنے بہن بھائی ہیں تمہیں کیا ضرورت ہے کہ کسی اور کو بھائی بناؤ مگر مجھے اس پر اعتماد ہے۔ لیکن اب مسئلہ یہ ہے کہ میرے علم میں یہ بات آئی ہے کہ وہ اپنے ملنے والوں سے کہتا تھا کہ میں اس کی گرل فرینڈ ہوں۔ میں نے اس سے اس بات کی تصدیق کرنے کیلئے پوچھا تو کہنے لگا کہ تم بتاؤ تمہارا دل کیا کہتا ہے میں نے کہا میں تو تم کو اپنے سگے بھائیوں کی طرح سمجھتی ہوں تو اس نے کہا پھر غم کیوں کرتی ہوں۔ ایک دن پھر یہی موضوع چھڑ گیا کیونکہ مجھے کسی اور کی زبانی بھی یہی سننے کو ملا تو کہنے لگا تو تم بن جاؤ نا میری گرل فرینڈ اور زور زور سے ہنسنے لگا اور ساتھ ہی مجھے بہن کہہ کر مخاطب کردیا یعنی یہ سب مذاق تھا۔ یہ مذاق کہیں حقیقت کا روپ ہی نہ دھار لے۔ مجھے مشورہ دیں میں کیا کروں؟ (ر۔ف۔ کراچی)

مشورہ: محترمہ! آپ کی والدہ صحیح تو کہتی ہیں کہ آپ کو منہ بولے بھائی بنانے کی کیا ضرورت ہے؟ مگر حقیقت یہ ہے کہ اگر کسی لڑکی کا کوئی سگا بھائی بھی نہ ہو اور کسی لڑکے کی کوئی ایک سگی بہن بھی نہ ہو تو پھر بھی منہ بولے بھائی بہن بننے کی ضرورت نہیں ہوتی خصوصاً ان حالات میں جبکہ پردے اور شریعت کی سختی سے پابندی بھی کی جارہی ہو کیونکہ شریعت میں تو منہ بولے بھائی بہن کی کوئی حیثیت ہی نہیں ہے اور وہ ایسے ہی غیرمحرم ہوتے ہیں جیسے کوئی بھی دوسرا غیرمحرم شخص چلیں اگر یہ مان بھی لیں کہ وہ آپ کو اپنی بہن سمجھتا ہے تو پھر کوئی شخص اپنی بہن سے کبھی یہ نہیں کہہ سکتا کہ تم میری گرل فرینڈ بن جاؤ۔ مذہب اور شریعت نے نوجوان لڑکے اور لڑکیوں کو آپس میں ملنے سے منع کیا ہے تو آپ کو بھی اس پابندی کا احترام کرنا چاہیے۔

حکیم حمید الدین بقائی دہلوی

مولی کو کھانے میں شامل کیجئے

مولی کے پتوں کا پانی دس تولہ میں شکر سرخ بقدر ذائقہ ملا کر صبح نہار منہ پینے سے ہفتہ عشرہ میں یرقان کی بیماری دور ہو جاتی ہے
مولی کے پتوں کے پانی سے جگر و پتہ کی نالیاں ماسا ریقا گردہ اور مثانہ کی نالیاں حالبین وغیرہ دھل کر صاف ہو جاتی ہیں

اللہ تعالیٰ کی بے شمار نعمتوں میں سے مولی بھی ایک بہت بڑی نعمت ہے جو کہ زمانہ قدیم سے نہ صرف یہ کہ ہندوستان اور پاکستان میں بلکہ دنیا کے بیشتر ممالک میں بکثرت استعمال کی جاتی ہے۔ مولی بطور غذا کے بھی استعمال کی جاتی ہے اور بطور دوا کے بھی اس کی اہمیت و افادیت اور شفا بخشی مسلم ہے۔ پہاڑی علاقوں میں مولی بارہ مہینے پیدا ہوتی ہے لیکن میدانی اور شہری علاقوں میں یہ سبزی موسم سرما میں دستیاب ہوتی ہے۔ مختلف علاقوں اور آب و ہوا کے اختلاف سے مولی کے ذائقہ، شکل و صورت قد و قامت اور وزن میں فرق ہوتا ہے لیکن مولی کا گورا چٹا دودھ جیسا سفید رنگ عوام اور خواص سب ہی کیلئے جاذب نظر اور پرکشش ہے۔ سلاد کے طور پر مولی کسی بھی دسترخوان کی زینت کو چار چاند لگا دیتی ہے۔ کھانے کے لطف اور لذت کو دوبالا کر دیتی ہے۔ امیر ہوں یا غریب کچی مولی سب ہی بہت شوق سے کھاتے ہیں۔ مولی بھری روٹی، مولی کی بھجیا مولی کے کباب، مولی کا سالن پاکستانیوں کی مرغوب اور پسندیدہ ڈش ہے۔ نمک مرچ اور مصالحہ لگا کر مولی نہایت ہی چٹ پٹی اور مزے دار ہو جاتی ہے جسے بچے اور بڑے نہایت ہی ذوق و شوق سے کھاتے ہیں۔ مولی کی پھلیاں سینگرے یا موگرے کہلاتی ہیں قیمہ میں ان کا سالن نہایت ہی لذیذ بنتا ہے۔ مولی حیرت انگیز طور پر شفاء بخش اثرات کی حامل ہے بہت سے امراض کا ازالہ کرتی ہے۔ مولی کا مزاج بالفعل سرد ہے لیکن بالقوہ پہلے درجہ میں گرم خشک ہے۔ مولی بذات خود دیر ہضم اور نفاخ ہے لیکن اس کے باوجود ہاضم طعام ہے کاسر ریاح ہے۔ مدر بول ہے پیشاب کھول کر لاتی ہے۔ بواسیر کے لیے مفید ہے۔ مولی میں نمک کالی مرچ لگا کر کھانے سے آواز صاف ہوتی ہے۔ دانتوں کو فائدہ پہنچتا ہے۔ خوراک ہضم ہوتی ہے۔ پیٹ کا درد رفع ہو جاتا ہے۔

مولی کے پتے پانچ تولہ مصری دو تولہ سفید مرچ پانچ دانے پانی میں پیس چھان کر صبح نہار منہ پینے سے مسوں کی خارش جلن اور درد رفع ہو جاتا ہے۔ گردہ اور مثانے کی پتھری ٹوٹ کر خارج ہو جاتی ہے۔ مولی کے بیج پانی میں جوش دے کر چھان کر سکنجبین سرکہ ملا کر پینے سے کھل کر قے آجاتی ہے جس سے تخمہ بدہضمی وغیرہ کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔ معدہ ہر قسم کے زہریلے اور گندے مادوں سے پاک صاف ہو جاتا ہے۔ مولی کے بیج تنہا پیس کر شہد میں ملا کر چہرہ پر لگانے سے یا ابٹن کی دوسری دواؤں میں شامل کر کے چہرہ پر لگانے سے چہرہ کے داغ دھبے سیاہی کی شکایات دور ہو جاتی ہیں۔ چہرہ کا رنگ نکھر کر صاف ہو جاتا ہے۔ سرکہ میں مولی کا اچار بنا کر کھانا ورم طحال کیلئے مفید ہے۔

مولی کے پتوں کا پانی دس تولہ میں شکر سرخ بقدر ذائقہ ملا کر صبح نہار منہ پینے سے ہفتہ عشرہ میں یرقان کی بیماری دور ہو جاتی ہے جس طرح کسی اچھے مسہل سے معدہ اور آنتیں دھل کر صاف ہو جاتی ہیں بالکل اسی طرح مولی کے پتوں کے پانی سے جگر و پتہ کی نالیاں ماسا ریقا گردہ اور مثانہ کی نالیاں حالبین وغیرہ دھل کر صاف ہو جاتی ہیں۔ محلل اور مدر حیض ہونے کے باعث مولی کے پانی اور مولی کے بیج خواتین کے امراض احتباس الطمث اور ورم رحم کیلئے مفید ہیں۔ مکو سبز کاسنی سبز اور مولی کے پتوں کا پانی لے کر مروق کر کے یعنی پھاڑ کر پلانا تمام اندرونی اعضاء کے اورام کیلئے تیر بہدف ہے۔ مولی کے پانی میں شربت بزوری ملا کر پلانا استسقاء کیلئے نہایت ہی مفید ہے۔ خشک مولی کو پانی میں ابال کر چھان کر پلانے سے ہچکی کو بہت جلد فائدہ ہوتا ہے۔ مولی اور اس کے پتوں کا پانی روغن گل میں جلا کر روغن مرتب تیار ہوتا ہے جو کے کان کے درد بہرہ پن، ثقل سماعت طنین و دوی یعنی کان میں جھینگر کی سی آوازیں آنے میں فائدہ ہوتا ہے۔ مولی کے بیجوں کا تیل زہریلے جانوروں کے کاٹے پر لگانے سے زہر کے اثرات بہت جلد دور ہو جاتے ہیں۔ مولی کے بیج مقوی بدن اور مقوی باہ ہیں۔ مختلف مقوی معاجین میں شامل کیے جاتے ہیں اور ان کے فوائد میں اضافہ کرتے ہیں۔

مولی کے پتوں کے پانی سے مختلف مرکبات اور کشتہ جات تیار کیے جاتے ہیں۔ کشتہ ابرک بخاروں میں نہایت مفید ثابت ہوتا ہے جبکہ مولی کے پانی میں کشتہ حجر الیہود بنایا جاتا ہے جو کہ گردے اور مثانہ کی پتھری کو توڑنے اور درد گردہ رفع کرنے کیلئے موثر ترین دوا ہے۔

مجالس مجذوبی

قارئین! حضرت حکیم صاحب ہر جمعرات درس کے بعد "مجالس مجذوبی" کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد و تجربات لکھیں صدقہ جاریہ ہوگا۔

صرف دو بار درس میں آنے سے قرض اتر گیا

ایک صاحب جو کہ اعوان ٹاؤن سے آئے تھے کہنے لگے کہ مجھ پر 13 لاکھ کا قرض تھا میں بہت ہی زیادہ پریشان تھا جب پہلی جمعرات کو یہاں آیا تو روتا ہوا آیا۔ جب درس کے بعد دعا ہوئی تو بہت زاری سے دعا کی۔ دوسری جمعرات کو بھی روتا ہوا آیا کیونکہ کوئی سبب نہیں تھے۔ بہت دل سے دعا کی۔ آپ یقین کریں اسی ہفتے ایسا سبب بنا کہ 13 لاکھ کا قرض اتر گیا اور تیسری جمعرات کے درس میں بہت مطمئن اور خوش آیا۔ میرا یقین ہے کہ یہ صرف درس میں کی گئی دعا کی برکت ہے۔

دو اصول خزانے سے نوکری مل گئی

ایک قاری صاحب کہنے لگے میں نے جب حفظ قرآن کیا تو کوئی نوکری نہیں ملتی تھی۔ بہت پریشان تھا بہت کوشش کر چکا تھا پھر میں نے دو اصول خزانے پوری توجہ سے پڑھے اللہ نے مجھے غنی کردیا اور اب میں اچھے حال میں ہوں جبکہ پہلے کھانے سے عاجز تھا۔

دم کرنے سے ہیضہ ٹھیک ہوگیا

حسن ہاشمی صاحب کہنے لگے میرے چھ ماہ کے بچے کو زبردست ہیضہ ہوگیا۔ حکیم صاحب حج پر تھے بہت پریشان ہوا۔ محترم انصاری صاحب نے فرمایا کہ اگست 2010ء کے عبقری کے حال دل میں جو عمل ہے وہ کرو۔ میں نے پڑھ کر دم کیا۔ ایسا اثر ہوا کہ بچہ بالکل ٹھیک ہوگیا۔

جوہر شفاء مدینہ سے بچے ٹھیک ہوگئے

ایک صاحب کہنے لگے میرے دو بچوں کو پیٹ کا درد بہت پرانا تھا۔ بہت علاج کروایا نہیں ختم ہو رہا تھا۔ میں نے جوہر شفاء مدینہ استعمال کروائی۔ الحمدللہ دونوں بچے بالکل ٹھیک ہیں اور پرانا درد ختم ہو چکا ہے۔

بواسیر ٹھیک ہوگئی

ایک صاحب کہنے لگے مجھے بہت شدید بواسیر تھی۔ اتنا خون آتا تھا کہ میں خون کی بوتلیں لگواتا تھا۔ حضرت حکیم صاحب سے درس میں آخری چھ سورتوں کی فضیلت سنی۔ میں نے دو رکعت نفل میں آخری چھ سورتوں کا اہتمام کیا۔ میری بواسیر بالکل ختم ہوگئی اور اب میں بالکل ٹھیک ہوں حالانکہ بہت

علاج کروا چکا تھا۔ اس موقع پر حضرت فرمانے لگے زیادہ بیماریاں، بیماری خواہ روحانی ہو یا جسمانی، آخری 6 سورتیں بہت مجرب اور آزمودہ ہیں۔

سورۃ الکوثر کی برکت

ایک ساتھی کہنے لگے میرا دفتر کافی دور ہے مہینے کا 3200 کا پٹرول لگتا تھا اور یہ طے شدہ تھا کیونکہ راستہ روزانہ ہی ہوتا تھا۔ سورۃ الکوثر کی فضیلت سنی اب پٹرول ڈلواتے ہوئے سورۃ الکوثر کا ورد کرتا ہوں اور پیسے دیتے ہوئے بھی یہی پڑھتا ہوں۔ وہی راستہ ہے لیکن اب 5 سے چھ سو تک پٹرول لگتا ہے۔

پانی کا مسئلہ حل ہوگیا

ایک صاحب کہنے لگے میرے گھر میں پانی نہیں آتا تھا بہت درخواستیں دیں لیکن مسئلہ حل نہ ہوا۔ میں نے نلکوں کا تصور کرکے سَلٰمٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْمٍ اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ وظیفہ پڑھا۔ پانی آنے لگا اور عجیب بات یہ کہ جن نلکوں کا تصور کیا تھا ان میں آرہا ہے باقی میں اب تک نہیں آیا۔

ناامیدی امید میں بدل گئی

ایک اور صاحب کہنے لگے کہ میری ایک عزیزہ گہری بیہوشی میں تھیں اور ڈاکٹروں نے ناامیدی کا اظہار کیا تھا مسلسل تین دن ہو چکے تھے میں نے رات کے وقت سَلٰمٌ قَوْلًا اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ کا عمل کیا صبح ہی مریضہ کو ہوش آگیا جبکہ کسی کو امید نہیں تھی۔

خدائی مدد

ایک صاحب کہنے لگے میرے پاس پیسے بالکل ختم ہوگئے تھے۔ دفتر جانا تھا لیکن کچھ بھی نہیں تھا۔ میں نے حاجت کے دو نفل پڑھے جب سکوٹر کی چابی اٹھانے لگا تو پاس ہی قرآن پاک پڑا تھا بے اختیار اسے اٹھایا تو اس کے نیچے سے ایک ہزار کا نوٹ مل گیا مجھے نہیں پتہ وہ کہاں سے آیا۔

کالا یرقان ختم ہوگیا

ایک صاحب کہنے لگے مجھے کالا یرقان ہوگیا تھا۔ میں نے ایک بار سورۂ فاتحہ تین بار سورۂ اخلاص اول و آخر 3-3 بار درود شریف پڑھ کر زم زم پر دم کرکے پیا۔ میرا کالا یرقان ختم ہوگیا۔ حالانکہ بہت عرصے سے مبتلا تھا اور دوائیاں کھا رہا تھا۔

اب پیسے ختم نہیں ہوتے

ایک صاحب کہنے لگے سورۃ الکوثر کی فضیلت رسالے میں پڑھی اور اس کے عمل کے بارے میں پڑھا اب 129 بار سورۃ کوثر پڑھ کر برکت والی تھیلی پر روزانہ دم کرتا ہوں۔ میرے پاس پیسے ختم نہیں ہوتے جبکہ پہلے جیب خالی رہتی تھی۔

ساری پریشانیاں دور

ایک صاحب کہنے لگے میں چونیاں کا سفر کرتا ہوں۔ گاڑی میں ایک صاحب بہت پریشان تھے میں نے انہیں یَا عَلِیْمُ یَا عَلِیُّ یَا عَظِیْمُ وظیفہ بتایا۔ انہوں نے پابندی سے پڑھا جب دوبارہ ملاقات ہوئی تو کہنے لگے ساری پریشانیاں دور ہوگئی ہیں اور اب میں مطمئن ہوں۔

کرم ہی کرم ہوگیا

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں سرکاری نوکری کرتا ہوں۔ ایک بار معطل ہوگیا۔ حضرت حکیم صاحب نے سورۃ الفیل پڑھنے کو فرمائی۔ میں کچھ دن بعد ہی بحال ہوگیا۔ گھر بار کچھ نہیں تھا۔ اللہ نے سورۃ الکوثر کی برکت سے سب کچھ دے دیا۔ حتیٰ کہ گاڑی بھی لے لی ہے۔ بہت کرم ہوگیا ہے۔ اب یہ سورت میرا ورد ہے۔ یہی صاحب کہنے لگے دو اصول خزانے کا بھی بہت فائدہ ہے ہر نماز کے بعد پڑھتا ہوں کسی کام میں رکاوٹ نہیں آتی۔

اب جیب بھری رہتی ہے

ایک صاحب کہنے لگے میرے رزق میں برکت نہیں تھی۔ حکیم صاحب نے سورۃ الکوثر والا عمل بتایا اب ہر وقت جیب بھری رہتی ہے اور پیسے نکالتے ہوئے اور ڈالتے ہوئے سورۃ الکوثر پڑھتا ہوں اب خرچ کرنے میں مزہ آتا ہے۔

رزق کی تنگی دور ہوگئی

ایک صاحب کہنے لگے رزق کی تنگی کا شکار تھا۔ حضرت نے تمام سنتوں میں آخری چھ سورتیں پڑھنے کو فرمایا۔ اس کی برکت سے اب پیسے ختم نہیں ہوتے۔

کوئی پریشانی نہیں ہوتی

ایک صاحب کہنے لگے کہ جب میں گھر سے نکلتا ہوں تو سات مرتبہ سورۃ الکوثر پڑھتا ہوں اور سارے راستے اللہ سے باتیں کرتا رہتا ہوں کہ اللہ آپ ہی مجھے پہنچائیں گے میری کبھی موٹر سائیکل خراب نہیں ہوئی اور نہ کوئی اور پریشانی ہوتی ہے۔

کھانے میں برکت

محفل میں بیٹھے ہوئے دو تین اصحاب نے بتایا کہ شادی کے

موقع پر کھانا کم ہونے کا خدشہ ہوگیا کیونکہ لوگ بہت زیادہ تھے بہت پریشانی ہوگئی۔ سورۃ الکوثر کا ورد شروع کیا اور پانی پر دم کرکے دیگوں میں چھڑکا۔ الحمد للہ سب نے کھایا اور کھانا پھر بھی بچ گیا۔ (اس بات کی کئی لوگوں نے تصدیق کی)

حیرت انگیز بات

شکیل احمد صاحب کے نکاح پر 117 افراد مہمان تھے اور میزبان دس کے قریب تھے۔ 2 کلو مرغی کا گوشت پکایا تھا۔ صاف نظر آرہا تھا کہ کم ہوجائے گا۔ سورۃ القریش کا ورد کرتے رہے سب لوگوں نے پیٹ بھر کر کھانا کھایا۔ گوشت پھر بھی بچ گیا۔ حتیٰ کہ اگلے دن ناشتہ بھی اسی سے کیا جو کہ بہت حیرت انگیز بات تھی۔

ولیمے کا سالن بھی بچ گیا......!

انہی کے ولیمے پر بھی مہمان زیادہ آگئے بہت پریشانی تھی ایک صاحب نے تیسرے کلمے کا ورد شروع کیا دوسرے صاحب نے سورۃ الکوثر کا۔ سب نے تسلی سے کھایا اور کھانا بچا کر گھر بھی لے گئے اور پھر لوگوں کے گھروں میں بھی دیا۔ تقریباً پچاس افراد زیادہ آگئے تھے اور کھانا پورا کرنا ناممکن نظر آرہا تھا۔

مجھے ترجیح دی جاتی ہے

ایک صاحب کہنے لگے کہ میں جہاں بھی جاب انٹرویو کیلئے جاتا ہوں تو حضرت کا بتایا ہوا وظیفہ کٓھٰیٰعٓصٓ حٰمٓ عٓسٓقٓ فَسَیَکْفِیْکَھُمُ اللّٰہُ وَھُوَالسَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ پڑھتا ہوں کبھی ناکام نہیں ہوا حالانکہ مجھ سے اچھے لوگ وہاں آئے ہوتے ہیں لیکن مجھے ترجیح دی جاتی ہے۔

خود بخود راستہ بن جاتا ہے

ایک صاحب کہنے لگے اگر راستہ بند ملتا ہو تو سورۃ الانشراح پڑھتا ہوں میری بہت آزمودہ ہے خود بخود راستہ بن جاتا ہے۔

کنٹریکٹ کا مسئلہ حل ہوگیا

22۔ ایک صاحب کہنے لگے میرے کنٹریکٹ کا مسئلہ تھا جو کہ کسی کمپنی سے کرنا تھا۔ کمپنی ایبٹ آباد میں تھی اور ان کا بہت دبدبہ تھا۔ میں نے جاتے ہوئے یَااَللّٰہُ یَارَحْمٰنُ یَارَحِیْمُ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ کا ورد کیا۔ انہوں نے میری بہت عزت افزائی کی اور کنٹریکٹ میرے حق میں کردیا جبکہ لوگ مجھے کہتے تھے ایسا ممکن نہیں کہ تمہیں کنٹریکٹ دیں گے۔

بزرگ نے کھانا کھلایا

ایک صاحب کہنے لگے میں مسجد میں بیٹھا تھا بہت بھوکا تھا۔ اپنے گھر سے بھی دور تھا۔ میں نے دعا کی یا اللہ مجھے کھانا کھلا دے۔ کچھ دیر بعد ہی ایک بزرگ آئے جن کو میں نہیں جانتا انہوں نے مجھے کھانا لاکر دیا میں نے کھایا اور کچھ دیر بعد وہ چلے گئے۔ مجھے آج تک نہیں پتا وہ کون تھے۔

دم سے آنکھ ٹھیک ہوگئی

ایک صاحب کہنے لگے میری آنکھ پر چندھری تھی میں نے ایک بار بِسْمِ اللّٰہِ الَّذِیْ لَایَضُرُّ مَعَ اسْمِہٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَآءِ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ پڑھی اور دم کیا۔ بالکل ٹھیک ہوگیا اور اب تک دوبارہ نہیں ہوئی۔

غیب سے راستے کھل گئے

ایک صاحب کہنے لگے کہ میرا بیرون ملک روزگار کیلئے جانے کا ارادہ تھا لیکن ممکن نہیں ہوپا رہا تھا اور یہاں بھی میرے پاس کوئی کام نہیں تھا۔ میں نے عبقری اگست 2010ء میں چھپنے والی اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ وَلِوَالِدَیَّ وَلِلْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِیْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْاَحْیَآءِ وَالْاَمْوَاتِ والی دعا پڑھی۔ ابھی چالیس ہزار بار ہی پڑھا تھا کہ غیب سے راستے کھل گئے اور میرے والد کے ایک دوست جو کہ بیرون ملک ہوتے تھے انہوں نے خود مجھے کہا کہ میں تمہیں بلاتا ہوں انہوں نے خود ہی سارے انتظامات کیے اور باہر بلا لیا حالانکہ بہت کوشش کرچکا تھا۔

صالح جن کی شفقت

ایک لڑکی نے (جو کہ عبدالسلام عادل کی بیٹی ہیں) نے 3 سوا لاکھ مذکورہ بالا دعا کا کیا تو ایک صالح جن ان سے شفقت کرنے لگے اور کہا کہ میری خواہش ہے کہ آپ کو عمل کرواؤں جس سے جناتی طاقتیں آپ کو حاصل ہوجائیں لیکن چونکہ میں جن ہوں اس لیے جنات کو قابو کروانے کا عمل نہیں کرواسکتا۔ میں نے استخارہ کیا ہے اور مجھے اشارہ ہوا ہے کہ حکیم طارق صاحب یہ عمل کرواسکتے ہیں۔ جن نے کہا میں درخواست کرتا ہوں حکیم صاحب سے کہ وہ آپ کو یہ عمل اپنی نگرانی میں کروائیں کیونکہ حکیم صاحب ہی ہیں جو یہ عمل کرواسکتے ہیں۔

دیدار رسول ﷺ اور حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ نصیب ہوا

27۔ مولانا عاصم صاحب فرمانے لگے جب میں بیعت ہوا تو حضرت نے مجھے صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ کا ذکر بتایا۔ میں نے پوری توجہ سے پڑھا۔ بہت عجیب کیفیات ہوئیں جو کہ عرصہ گزرنے کی وجہ سے یاد نہیں۔ ایک خواب بھی دیکھا جس میں حضور ﷺ اور حضرت حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی زیارت ہوئی۔

دو نفل سے گردے ٹھیک ہوگئے

ایک صاحب کہنے لگے ہمارے علاقے میں رات کے وقت کوئی علاج معالجے کی سہولت میسر نہیں ہوتی کیونکہ دیہاتی علاقہ ہے۔ رات کے وقت میری اہلیہ کو گردے کی درد ہونے لگی اور وہ تڑپنے لگی اور مجھے کہا کہ مجھے کہیں لے چلو۔ مجھے سمجھ نہ آئے کہ کیا کروں۔ اللہ نے دل میں ڈالا میں نے وضو کرکے دو نفل پڑھے اور پھر اسم ذات کا ذکر کیا اور کچھ دیر بعد پانی پر دم کرکے اہلیہ کو وہ پانی پلایا۔ افاقہ نہ ہوا دوبارہ پھر کیا۔ اسے فوراً سکون مل گیا اور آج پانچ سال ہوگئے ہیں دوبارہ درد نہیں ہوا۔

اللہ نے خصوصی ڈش کھلائی

سہیل شمسی صاحب فرمانے لگے کہ میں ایک جگہ بیٹھا تھا کچھ دور ایک صاحب کھانے میں بہت اچھی ڈش کھا رہے تھے میرے دل میں آیا اللہ مجھے بھی یہ کھلا دے اور میرا دل چاہنے لگا میں نے آیت رَبِّ اِنِّیْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ (القصص 24) پڑھنی شروع کردی۔ کچھ دیر بعد وہ صاحب خود میرے پاس آئے اور مجھے کھانے میں شریک کرلیا۔

آیت سے بخار ٹھیک

ایک صاحب کہنے لگے میری اہلیہ کو رات کے وقت بہت شدید بخار تھا۔ میں نے بار بار اس آیت کا ورد کیا قُلْنَا یٰنَارُ کُوْنِیْ بَرْدًا وَّسَلٰمًا عَلٰٓی اِبْرٰھِیْمَ (الانبیاء 69) صبح وہ بالکل ٹھیک تھی۔

نسلوں سے فقر و فاقہ دور

حضرت نے اسی مجلس میں فرمایا کہ رمضان کے اعتکاف میں جو شخص یقین کیساتھ آیت رَبَّنَآ اَنْزِلْ عَلَیْنَا مَآئِدَۃً مِّنَ السَّمَآءِ تَکُوْنُ لَنَا عِیْدًا لِّاَوَّلِنَا وَاٰخِرِنَا وَاٰیَۃً مِّنْکَ وَارْزُقْنَا وَاَنْتَ خَیْرُ الرّٰزِقِیْنَ (المائدہ 114) کا سوا لاکھ کرے اللہ اس کی نسلوں سے بھی فقر و فاقہ دور کردیتے ہیں اور وہ خوشحال و غنی ہوجاتا ہے۔ یہ عمل حکیم صاحب کے شیخ نے عطا فرمایا تھا۔

(بقیہ: قرآن پاک کے ساتھ ہمارا تعلق)

رسول ﷺ! آپ ﷺ نے نہ صرف پہنچا دیں بلکہ پہنچانے کا حق ادا فرما دیا۔ پھر آپ ﷺ نے اپنے صحابہ کرام سے فرمایا: اے میرے صحابہ جو لوگ یہاں موجود نہیں ہیں ان لوگوں تک ان تعلیمات کا پہنچانا تمہارے ذمہ ہے۔ پھر آپ ﷺ نے اپنی شہادت والی انگلی مبارک آسمان کی طرف اٹھائی اور فرمایا اے اللہ گواہ رہنا، اے اللہ گواہ رہنا، اے اللہ گواہ رہنا میں نے اپنا حق ادا کردیا۔ ہم پر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ قرآنی تعلیمات کا پرچار کیا جائے اس سلسلے میں جو بھی مشکلات پیش آئیں ان سے نہ گھبرایا جائے۔

جڑی بوٹی .... دوکالم

ریٹھہ بتائے ستر فائدے

اختر علی شاہ

سوزاک کے بگڑے ہوئے مریض جن کو زخم ہو گئے ہوں۔ پیشاب کے ساتھ پیپ آ رہی ہو پیشاب درد اور جلن کے ساتھ آ رہا ہو اور مریض شدت درد سے بے حال ہو رہا ہو اس کیلئے نعمت ہے۔ یہ لاجواب تحفہ ہے معمولی سمجھ کر نظر انداز نہ کیا جائے

آج ہم آپ کو ریٹھہ کی بے حد حیرت انگیز فوائد سے آگاہ کرتے ہیں۔

پیٹ سے زہریلے مادے اور پیٹ کے کیڑے مارنے میں ریٹھہ کا استعمال بے حد مفید ہے۔ ریٹھہ جگر کو طاقت دیتا ہے ہاضمہ تیز کرتا ہے۔ درد گردہ ہیضہ یرقان' ریح اور دردِ رحم' بخار وغیرہ میں اس کا استعمال مفید ہے۔ ریٹھہ کے یوں تو بے شمار حیرت انگیز فوائد ہیں۔ ہم چند کا ذکر کرتے ہیں۔

سوزاک کیلئے

سوزاک کے بگڑے ہوئے مریض جن کو زخم ہو گئے ہوں۔ پیشاب کے ساتھ پیپ آ رہی ہو پیشاب درد اور جلن کے ساتھ آ رہا ہو اور مریض شدت درد سے بے حال ہو رہا ہو اس کیلئے نعمت ہے۔ یہ لاجواب تحفہ ہے معمولی سمجھ کر نظر انداز نہ کیا جائے۔

نسخہ: ریٹھہ کا چھلکا تین تولہ' الائچی خورد ایک تولہ۔

تیاری: دونوں چیزوں کو باریک کر لیں اور چھوٹے کیپسول بھر لیں۔

استعمال: سوزاک کے بگڑے ہوئے اور شدید خارش کے مریض صبح نہار منہ ایک چھوٹا کیپسول دہی کی ملائی دو چمچ اور ایک پاؤ دہی کے پانی کے ساتھ اور ایک کیپسول شام کو استعمال کریں۔ تیسرے دن ہی واضح فرق پڑنا شروع ہو جائے گا۔ مرض زیادہ شدید ہو تو ایک ماہ ورنہ 15 دن لازمی استعمال کریں۔

پرہیز: تیز مرچ' مصالحے' گرم اشیاء' ترش اشیاء' گوشت اور مرغن اشیاء سے پرہیز کریں۔ دودھ دہی کا استعمال لازمی کریں۔

دماغی امراض میں

سر درد کی بے شمار اقسام ہیں جن کو یاد رکھنا بھی کسی درد سر سے کم نہیں۔ دماغ میں جمے ہوئے ریشے' بلغم کے اخراج کیلئے اور آدھے سر کے درد کیلئے مختلف قسم کی نسوار استعمال کی جاتی ہے۔

☆ ریٹھہ کا چھلکا ایک تولہ' کشمیری پاٹھا ایک تولہ' دونوں کو باریک کر کے رکھ لیں۔ ضرورت کے وقت سنگھائیں ناک سے پانی بہہ کر سر درد ختم ہو جائے گا۔

☆ ریٹھہ کا چھلکا دس تولہ' کشمیری پاٹھا ایک تولہ' کیسر کشمیری تین ماشے سب کو باریک کر کے رکھ لیں دماغی کمزوری' سر درد اور زکام میں بے حد کارآمد ہے۔

☆ تین رتی ریٹھہ کا چھلکا باریک کر کے دو تولے پانی میں خوب اچھی طرح حل کر لیں۔ سر کے جس طرف درد ہو اس کے دوسرے حصے کی ناک میں دو بوندیں ڈالیں اس سے آدھے سر کے درد کو فوری آرام آ جائے گا۔

ریٹھہ کے دیگر فوائد

☆ ریٹھہ خفیف مقدار میں کھلانے سے امراض باردہ کو فائدہ بخشتا ہے معدہ اور ہاضمہ کو قوی کرتا ہے۔ پٹھوں کو قوت بخشتا ہے لیکن زیادہ مقدار میں کھلانے سے قے اور دست لاتا ہے۔

☆ مارگزیدہ کیلئے تریاق ہے۔ مارگزیدہ کو بقدر 3 ماشہ پانی میں پیس کر دو دو گھنٹے کے بعد پلانے سے تمام سمیت بذریعہ قے و اسہال خارج ہو جاتی ہے۔

☆ اس کی گٹھلی کا مغز قوت باہ کیلئے مستعمل ہیں۔

☆ خناق میں باریک شدہ ریٹھہ کا سفوف پانی میں حل کر کے غرغرے کراتے ہیں۔

☆ اس کی چھال سے پنجاب کی عورتیں دانت صاف کرتی ہیں۔

☆ ریٹھہ خنازیری غدود پر سرکہ میں پیس کر لگاتے ہیں۔ پانی پیس کر سعوط کرنے سے چھینکیں آ کر شقیقہ کو آرام ہو جاتا ہے۔

☆ ریٹھہ نافع صداع و شقیقہ ہے۔ بیرونی طور پر جالی' جاذب اور لاذع ہونے کی وجہ سے اس کو پیس کر برص' بہق وغیرہ میں ضماد کرتے ہیں۔

خطرات سے حفاظت

السلام علیکم محترم حکیم صاحب! افاقہ سراجیہ کندیاں سے خطرات سے حفاظت اور دشمنوں کو دوست بنانے کا عمل مجھے پڑھنے کو ملا۔ بندہ نے یہ عمل کیا تو میرا مسئلہ صرف چند دنوں میں ہی حل ہو گیا۔ وہ عمل یہ ہے: پانچ مرتبہ درود شریف اول و آخر۔ سورۂ قریش 11 مرتبہ صبح شام پڑھنی ہے۔ **(عطاء الرحمٰن ازخانوخیل)**

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب ہمارا حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے تقریباً دو گھنٹے کا یہ درس کا خاص پیش خدمت ہے

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 15 مئی بروز اتوار کو ہو گا)

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جملہ اہل معرفت کی معرفت وجود سے برطرف کر دی گئی ہے۔ اللہ جل شانہٗ کے چند خاص بندوں کے سوا باقی سب کے ہاں اس کی (معرفت کی) عبارت ہی رہ گئی ہے۔ جان و دل سے اس کے حجاب کے خریدار بن گئے ہیں اور کام تقلید سے نکل کر تقلید میں پڑ گیا ہے۔ چنانچہ امر حق کی تحقیق نے ان سے اپنا رخ چھپا لیا ہے۔ پس عام لوگ اس بات پر کفایت کرتے ہیں کہ ہم حق کو پہچانتے ہیں اور خاص لوگ اس پر خوش ہیں وہ اپنے دلوں میں اس کی تمنا نفس میں احساس سینہ میں رغبت رکھتے ہیں۔ تصوف کا جھوٹا دعویٰ کرنے والے اپنے دعوے کے باوجود تمام حقائق کی دریافت کرنے سے قاصر ہیں۔ مریدوں نے مجاہدہ سے ہاتھ اٹھا کر اپنے ظن فاسد کا نام مشاہدہ رکھ لیا ہے۔ بزرگ فرماتے ہیں کہ کسی فقیر کے ساتھ چلتے ہوئے جو حال آتا ہے وہ تربیت کیلئے آتا ہے۔ حال آتا ہی اس لیے ہے کہ تربیت ہو رہی یا نہیں ہو رہی۔ اس وقت دیکھے کہ اللہ کی ذات سے قریب ہو رہا یا دور ہو رہا ہے۔

ہمارا ماجرا یہ ہے کہ ادھر حال آتا ہے یعنی ترقی ہوتی ہے ادھر ہم گھبرا جاتے ہیں۔ امتحان میں کامیاب وہی ہوتا ہے جو امتحان دیتا ہے اور جو امتحان سے ہی بھاگ جائے اور گھبرا جائے وہ کیسے کامیاب ہو سکتا ہے۔ اس لیے مومن کا امتحان ترقی کیلئے ہوتا ہے اور اللہ سے قریب کرنے کیلئے ہوتا لیکن ہم گھبرا جاتے ہیں۔

مجاہدہ کسی اکھاڑ کر زمین پھاڑنے کو نہیں کہتے۔ مجاہدہ رب کی مان مان کر چلنے کو کہتے ہیں کیونکہ اس پر ہمیشہ حال آتا ہے' آزمائش آتی ہے۔

جسم کی طاقت کیلئے

خشخاش' بڑی کشمش' بادام ہم وزن لیکر کوٹ لیں' دو کپ پانی ڈال کر ابالیں ایک کپ رہنے پر اتار لیں۔ چھان کر رات کو سوتے وقت پی لیں۔ جسم کی طاقت کیلئے نہایت مجرب نسخہ ہے۔ **(محمد یونس قادری ٹنڈو آدم سندھ)**

سونا بنانے کا طریقہ سیکھ لیں

عبدالرحمان عزیز، پشاور

اس کے بعد میں نے وہیں سے پرانا لوہا خریدا کیا اور ایک بوری کوئلے کی خرید کر اپنی دکان پر بھجوا دی اور بقایا رقم میں سے کھانے کیلئے رقم سے کچھ معمولی زیادہ جیب میں رہنے دی اور چونکہ میرا پہلے سے ارادہ تھا کہ عصر کے بعد صراف بازار سے ایک تولہ سونا خریدنا ہے

دوسری جنگ عظیم کا واقعہ ہے کہ ایک صاحب جن کا نام غلام حیدر بابا تھا جو کہ اپنے وقت کا ایک بہترین کاریگر (لوہار) تھا۔ پاکستان اور ہندوستان کی مختلف ریاستوں کیلئے اسلحہ اور توپیں بنانا ان کا کام تھا۔ ایک واقعہ بابا غلام حیدر کی زبانی سنئے۔

غالباً چودہ یا پندرہ سال کی عمر میں میں اپنے والد کی زیرنگرانی کام کر رہا تھا میرے والد کے کسی گاہک کے ذمہ غالباً چودہ یا پندرہ روپے بنتے تھے۔ والد نے مجھے کہا کہ فلاں صاحب کے ذمہ جو روپے بنتے ہیں لیکر آؤ۔ برخوردار وقت ضائع نہ کرنا اور جلدی آنا۔ جب میں اس مقروض کے پاس پہنچا تو میری نیت میں پہلی دفعہ بغاوت نے کروٹ لی اور روپے لیکر میں اپنی دکان کی بجائے ریلوے سٹیشن پر تھا۔ اتفاقاً گاڑی بھی تیار ہی کھڑی تھی۔ میں نے بمبئی کیلئے ڈیڑھ روپے کا ٹکٹ لیا اور گاڑی میں سوار ہو گیا اور گاڑی نے ریلوے سٹیشن کو پیچھے چھوڑنا شروع کر دیا۔ بہرحال دوسرے دن عصر کے وقت ایک ریلوے اسٹیشن جو کہ تقریباً اندرون شہر تھا اور وہاں سے شہر کا نظارہ بڑا دلچسپ تھا اور میں بغیر سوچے سمجھے سٹیشن سے باہر تھا۔ بڑا عجیب و غریب نظارہ تھا اور میں (یہ شہر میرٹھ تھا) ان نظاروں سے اس وقت چونکا جب ریل نے سٹیشن چھوڑ دیا اور وسل دی جس سے میں چونکا خیر میں اتفاقاً جس بازار میں تھا وہ لوہے کا بازار تھا' لوہے کا سامان اور اوزاروں کی خرید و فروخت ہو رہی تھی اور میں دیکھ کر حیران ہو رہا تھا۔ حیرانگی کی وجہ خچروں کے نعل تھے جو تقریباً ہر تیسرے چوتھے دکاندار کے سامنے سیمنٹ کے توڑے جو کہ پہلے پٹ سن کے بنے ہوتے تھے پڑے ہوئے تھے۔ میں سوچ میں پڑ گیا کہ اتنے زیادہ نعل یہ کیونکر خرید رہے ہیں۔ اوہو یہ تو میرٹھ شہر ہے اور بہت بڑی فوجی چھاؤنی ہے اور شاید پورے ہندوستان کیلئے خچروں کیلئے نعل شاید میرٹھ ہی سے سپلائی ہوتے ہوں۔ بہرحال میں نے اتنی دیر میں فوراً خرید و فروخت حساب لگایا تو معلوم ہوا کہ بہت زیادہ منافع ہے۔ اس میں جتنا مرضی مال لاؤ فوراً تول کر رقم نقد مل جاتی ہے۔ قرض والی بات نہیں ہے۔ خچروں کے نعل سائز میں چھوٹے بڑے ہوتے ہیں۔ جب میں حساب لگا رہا تھا تب خام مال (پرانا لوہا) بھی پوچھ لیا۔ اس بازار سے نکل کر گلیوں میں پھرنے لگا اور میں آخر اپنے مقصد میں کامیاب ہو گیا ایک خالی دکان کرایہ پر لی اور دکان کھول کر بھٹی بنانی شروع کی اینٹ مٹی سے بھٹی تیار ہو گئی اور پھر دوبارہ اسی بازار میں پہنچا اور سلان' ہتھوڑا' ہتھوڑیاں' سنی' پنکھا' بھٹی کیلئے خریدا۔ کوئلے اور لوہا بھی خرید لیا اور واپسی پر اپنی دکان میں تھا۔

صبح کیلئے میں نے پوری تیاری کر لی تھی اور صبح کا بے چینی سے انتظار کرنے لگا۔ خدا خدا کر کے صبح کی اذان کے ساتھ ہی میں بیدار ہوا نہا دھو کر نماز سے فارغ ہونے کے بعد ناشتہ کر کے بھٹی پر کام شروع کر دیا اور میں نعل بنانے میں مصروف ہو گیا۔ عصر کی نماز کے بعد میں بازار میں تھا جب میں نے مال توڑے سے انڈیلا تو دکاندار نے بڑی عجیب نظروں سے میری طرف دیکھا تو میں سہم گیا اور سمجھا کہ شاید میرا مال ناقص ہے لیکن میں نے غلط اندازہ لگایا تھا درحقیقت وہ میری عمر اور میرے مال کی طرف دیکھ کر حیران ہو رہا تھا کہ یہ مال اتنا بچہ نہیں بنا سکتا جب مجھے انہوں نے اپنی حیرانگی کا سبب بتایا تو میں نے انہیں بتایا کہ میں تو ڈر گیا تھا مگر آپ نے غلط اندازہ لگایا تھا یہ میرا اپنے ہاتھ سے بنایا ہوا مال ہے اس صاحب نے بڑی حیرانگی اور تحسین آمیز نظروں سے مجھے دیکھا اور شاباش دی یہ صاحب خود بھی کاریگر تھے۔ مال تولنے کے بعد رقم میری جیب میں تھی اور ساتھ ہی انہوں نے مجھے نصیحت کی کہ لالچ میں نہ آنا اور مال اس سے دگنا بھی ہو تو بناتے رہو۔

اس کے بعد میں نے وہیں سے پرانا لوہا خرید کیا اور ایک بوری کوئلے کی خرید کر اپنی دکان پر بھجوا دی اور بقایا رقم میں سے کھانے کیلئے رقم سے کچھ معمولی زیادہ جیب میں رہنے دی اور چونکہ میرا پہلے سے ارادہ تھا کہ عصر کے بعد صراف بازار سے ایک تولہ سونا خریدنا ہے اور میں آنا فاناً صراف مارکیٹ میں تھا۔ آج کا نرخ دیکھا تو اٹھارہ روپے تولہ سونا تھا۔ میں نے ایک تولہ سونا خریدا اور سونے کو جیب میں داخل کر دیا۔ واہ حیدر جی! مزے ہی مزے' میں بڑا خوش خوش اپنے اڈے پر پہنچا اور شام کی نماز کے بعد میں نے عشاء کی نماز تک آرام کرنا چاہا۔ عشاء سے فارغ ہو کر میں فوراً سو گیا۔

جب دوسرے دن کا آغاز اور اختتام اسی ترتیب سے ہوا اور اسی طرح یہ کام روز کا معمول بن گیا اور میں ہر روز ایک تولہ سونا خریدتا اور داخل جیب کر دیتا۔ اسی طرح ایک دن ایک معمر صاحب تشریف لائے۔ علیک سلیک کے بعد میں نے بیٹھنے کا کہا تو وہ بیٹھ گئے اور میں اپنے کام میں مشغول رہا اور باتیں بھی کرتا جاتا تھا۔

پھر ایک دن یہ صاحب جنہیں میں چاچا علیم کہتا تھا اپنے مقصد کی طرف آ ہی گئے۔ مجھے بڑی حیرانگی ہوئی' مگر میں نے بات سنی ان سنی کر دی مگر وہ حضرت بھی اپنی بات کہنے سے باز نہ آئے اور سونا بنانے کی ترکیب کا ذکر بڑے جوش سے کرتے جب میں سنی ان سنی سے مجبور ہو کر میں نے چاچا علیم کو کہا کہ ٹھیک ہے مجھے سوچنے کا موقع دیں اس طرح کچھ دنوں کیلئے میں چاچا بے فکر ہو گیا۔ کچھ تو سکون سے گزرے اور پھر حضرت کی وہی پرانی رٹ آخر تھک آ کر میں نے ہامی بھر لی (سونا بنانے کی) وہ صاحب بڑے خوش ہو گئے میری آؤ بھگت شروع ہو گئی مگر دوسرے دن صبح صبح ہی آن حاضر ہو گئے اور وہی پرانی بات کہنے (سونا بنانے کی) لگے میں نے جواباً کہا کہ بڑے میاں ابھی بھٹی میں سونا بنانے میں ٹائم ہے لہٰذا ذرا صبر سے کام لیں۔ مگر وہ باز آنے والے نہ تھے بار بار تھوڑی تھوڑی دیر بعد پوچھتے میں کہتا ابھی تھوڑا وقت ہے بہرحال اسی طرح عصر کی نماز کے بعد میں مال لیکر جب بازار جانے کیلئے اٹھا تو پھر وہی سوال میں نے کہا کہ بس بھٹی تیار ہو گئی ہے واپسی پر ہم سونا بنانے کا کام شروع کر دیں گے جب میں واپس آیا تو بھٹی میں اپنی جیب سے ٹکڑا سونے کا نکال کر اوپر بھٹی میں ڈال دیا اور سنسی کے ساتھ الٹ پلٹ کر کے باہر نکالا اور جب اس نے ٹھنڈا ہونے پر کسوٹی پر لگایا تو وہ تو (پارس) سونا تھا وہ صاحب بڑی حیرانگی سے مجھے دیکھتے رہے اور بار بار کسوٹی پر لگاتے رہے علیم چاچا کا رنگ لال سرخ ہو گیا تھا لیکن لطف کی بات تو اس وقت ہوئی جب بڑے میاں کو اصل حقیقت بتائی گئی اور وہ یکدم بجھ سے گئے اور ساری خوشی کافور ہو گئی۔

یہ تو تمام قارئین کے علم میں آ چکا ہے کہ وہ سونا کہاں سے آیا اور کیسے آیا؟ شاید کہ تیرے دل میں اتر جائے میری بات۔ سونا بنانا آسان ترین علم اور عمل ہے مگر پسینہ بہا کر اور اپنے دست بازو سے مگر لالچ سے بچنا لازمی جز ہے کامیابی کا۔

بغیر خرچ ہچکی کا علاج

لیموں اور شکر کی سکنجبین بنا کر پلا دیں اگر گرمی ہو تو دن میں تین مرتبہ تین دن کیلئے۔ سردی میں 10 بجے دن۔ 2 دن میں انشاء اللہ شفا ہو گی۔ (جام محمد وسایا' میڈیا چکاں)

وزن کم کرنے میں واقعی سنجیدہ ہیں؟

کوزی تھیوڈور

ورزش کے بہت فوائد ہیں مثلاً ذہنی دباؤ میں کمی ہوتی لیکن آپ کو ایک دن میں تھوڑی سی کیلوریز جلانے کیلئے بہت وقت درکار ہوتا ہے۔ مثلاً ایک چھوٹے مفن میں 5 سو کیلوریز ہوتی ہیں اور یہ پانچ سو کیلوریز جلانے کیلئے آپ کو ایک جگہ پر چلنے والی سائیکل پر کم از کم دو گھنٹے صرف کرنے کی ضرورت ہے

ایک انسان دبلا پتلا رہنے کیلئے جس میں تقریباً ہر روز پانچ میل بھاگتا ہے کیونکہ وہ زور دار ورزش کرتا ہے وہ سوچتا ہے کہ اسے اس بات کا حق مل گیا ہے کہ وہ جو چاہے کھائے۔ اس کی شریک حیات اپنی کمپنی کا بغور جائزہ کرنے کو کسی قسم کی ورزش کرنے پر ترجیح دیتی ہے۔ وہ اپنے وزن کو قابو میں رکھنے کیلئے جو کچھ کھاتی ہے اس کا انتخاب بڑے دھیان سے کرتی ہے۔ اسی لیے جب اس کا کچھ کھانے کو دل چاہتا ہے تو کیک کے بجائے یا کسی میٹھی چیز کی بجائے کسی پھل کو کھاتی ہے۔

ان دونوں میں دبلا پتلا رہنے کیلئے کونسا طریقہ زیادہ بہتر ہے اس کا انحصار اس بات پر ہے کہ ان کا وزن کیلئے تعین کردہ گول قلیل دورانیے کا ہے یا طویل دورانیے کا۔ اگر آپ کا مقصد یہ ہے کہ جسم سے فیٹ کو کم کرنا ہے اور اپنے وزن کو ایک صحت مند حد تک رکھنا ہے تو اس کے متعلق ریسرچ سے ثابت ہوا ہے کہ طویل دورانیے کی کامیابی کیلئے بلاناغہ ورزش کرنا بے حد ضروری ہے۔

آپ ورزش کے بغیر بھی وزن کم کرسکتے ہیں۔ بہت سے لوگ ایسے کرتے ہیں لیکن یوڈ یمنسٹ فریڈ فرماتی ہیں کہ وہ لوگ جو وزن کم کرنے کے بعد اس کو کم از کم ایک برس کیلئے برقرار رکھ پاتے ہیں بلاناغہ ورزش کرتے ہیں اور وہ لوگ جو صرف ڈائٹنگ سے وزن کم کرتے ہیں ان کا وزن ایک برس کے اندر دوبارہ واپس اسی حد تک پہنچ جاتا ہے۔

اس کی کئی وجوہات ہیں اکثر لوگوں کیلئے ایک لمبے عرصے تک ڈائٹنگ کرنا بے حد مشکل ہے۔ یہ پانی پر چلنے کی کوشش کی طرح ہے۔ جلد ہی آپ ڈوبنے لگتے ہیں اور عموماً ڈائٹنگ کرنے والے مایوس ہوجاتے ہیں ناخوش ہوجاتے ہیں اور کھانے میں زیادتی کی طرف رجحان بڑھ جاتا ہے۔

وزن کم کرنے کیلئے ورزش ایک نہایت ہی موثر طریقہ ہے کیونکہ اس سے بدن میں موجود قوت کا توازن تبدیل ہوجاتا ہے اس سے دن بھر میں استعمال ہونے والی قوت کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اس عمل کو میٹابولزم بھی کہتے ہیں۔ ورزش سے بدن میں موجود کیلوریز تیزی سے جلتی ہیں اور جو لوگ ورزش کرتے ہیں دن بھر متحرک اور چست رہتے ہیں جس کی بدولت مزید کیلوریز استعمال ہوتے ہیں۔

اہم ترین بات یہ ہے کہ ورزش سے پٹھوں میں موجود فائبر کا سائز بڑھتا ہے جس کی وجہ سے پٹھوں کا سائز بھی بڑا ہوتا ہے۔ ان فائبرز کو برقرار رکھنے کیلئے یہ کیلوریز استعمال ہوتی ہیں اور جلتی ہیں جو فیٹ سے حاصل کی گئی ہوں۔ یعنی جتنا پٹھا بڑھے گا آپ کا میٹابولزم ریٹ بھی اتنا ہی زیادہ ہوگا۔

اس لیے اگر آپ محض ورزش سے ہی اپنا وزن کم کرنا چاہتے ہیں تو آپ کو بڑے صبر سے کام لینا پڑے گا۔ جسم میں موجود ایک پونڈ فیٹ میں 35 سو کیلوریز ہوتی ہیں اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ ایک پونڈ وزن کم کرنے کے خواہشمند ہیں تو کھانے میں سے 35 کیلوریز کی کمی کرنا ہوگی یا 35 سو کیلوریز ورزش کے ذریعہ جلانی ہوں گی۔

اگر آپ وزن کم کرنے کیلئے واقعی سنجیدہ ہیں تو آپ کو خوراک میں کمی کے ساتھ ساتھ ورزش کا بھی باقاعدگی کے ساتھ معمول بنانا ہوگا کیونکہ آپ یہ بات جان کر حیران ہوں گے کہ آپ جتنی ورزش کرتے ہیں اس میں بہت زیادہ کیلوریز نہیں جلاتے۔ ورزش کے بہت فوائد ہیں مثلاً ذہنی دباؤ میں کمی ہوتا لیکن آپ کو ایک دن میں تھوڑی سی کیلوریز جلانے کیلئے بہت وقت درکار ہوتا ہے۔ مثلاً ایک چھوٹے مفن میں 5 سو کیلوریز ہوتی ہیں اور یہ پانچ سو کیلوریز جلانے کیلئے آپ کو ایک جگہ پر چلنے والی سائیکل پر کم از کم دو گھنٹے صرف کرنے کی ضرورت ہے۔ ییل ٹوٹل فٹنس کے ڈائریکٹر جان جونس کہتے ہیں کہ پانچ منٹ کی کھانے میں زیادتی کیلئے بڑی محنت درکار ہے۔

تو شروع کہاں سے کریں؟؟؟ بعض لوگوں کیلئے کسی آنے والا واقعہ مثلاً شادی یا کوئی اور اہم پروگرام میں شرکت وزن کم کرنے کیلئے ایک اچھا جذبہ ہے جو اکثر استعمال ہوتا ہے تاکہ وزن کو مناسب حد میں کرسکیں۔ اس میں کوئی نقصان نہیں اگر آپ اس کی تیاری کیلئے واقعہ سے کافی عرصہ پہلے آغاز کریں اور آپ کا مقصد حقیقت پسندانہ ہو ایک اچھا اصول یہ ہے کہ ہفتہ میں محض آدھا پونڈ وزن کم کیا جائے اگر آپ وزن کو آہستہ آہستہ کم کریں گے تو آپ کے کھانے کی مقدار میں بہت زیادہ کمی ایک دم نہیں ہوگی کیونکہ اگر آپ مناسب مقدار میں نہیں کھائیں گے تو آپ کو بہت بھوک لگے گی اور آپ کا مزاج چڑچڑا سا ہوجائے گا اور ساتھ ساتھ میٹابولزم میں کمی واقع ہوگی۔

اپنی خوراک میں کیلوریز کو کم کرنے کیلئے ایک اچھا طریقہ یہ ہے کہ اپنے کھانے میں سبزیات اور پھلوں کی مقدار بڑھادیں کیونکہ ان میں کیلوریز کم جبکہ فائبر یا ریشہ زیادہ ہوتا ہے۔ اس طرح آپ کا پیٹ بھی بھر جائے گا اور زیادہ کیلوریز بھی جسم میں نہیں جائیں گی۔

کھانے کے اوقات کے درمیان کھائے جانے والے سنیکس کیلئے بھی یہ اصول اچھا ہے۔ اگر آپ سنیک کیلئے چپس یا کوئی ٹافی یا کینڈی کھاتے ہیں تو یاد رکھیں اس میں دو سو کیلوریز ہوتی ہے جس کو جلانے کیلئے آپ کو 45 منٹ تک چہل قدمی کرنی ہوگی۔ بہتر یہ ہے کہ آپ ایک سیب کھائیں جس میں 80 کیلوریز ہوتی ہیں اور چہل قدمی 45 منٹ ہی کریں۔ اس سے آپ کیلوریز کی برابری کرنے کی بجائے 120 کیلوریز زائد جلالیں گے اور سیب میں کئی غذائی اجزا بھی پائے جاتے ہیں۔

آج کل تو ایسی ایسی مشینیں ورزش کیلئے بن چکی ہیں جن میں ورزش کے دوران ہی معلوم ہوجاتا ہے کہ کتنی کیلوریز جل رہی ہیں۔ ایسا نہ ہو کہ ان مشینوں کا استعمال کرنے کا جوش آپ کو مناسب مقدار سے یا آپ کے بدن کی برداشت سے زیادہ ورزش کرنے پر مجبور کردے۔ اگر آپ ورزش کا آغاز ہی کررہے ہیں تو ان مشینوں پر اپنی برداشت کی آخری حد تک محنت کرنے سے آپ جلد تھک جائیں گے اور چوٹ لگنے کا بھی خطرہ ہے۔

کیلوریز جلانے کا ایک اچھا طریقہ یہ ہے کہ پہلے کسی ایسی ورزش کا انتخاب کریں جو آپ اکیلے یا کسی دوست یا خاندان کے ساتھ کرنا پسند کرتے ہیں۔ ہم یہ نہیں چاہتے کہ چند روز کرنے کے بعد آپ اس سے اکتا جائیں اور یہ ایسی ورزش ہونی چاہیے جو آپ بیس منٹ سے 30 منٹ تک آسانی سے کرسکیں۔ مثلاً چہل قدمی کی بجائے دوڑنے سے زیادہ کیلوریز جلتی ہیں لیکن اگر تھوڑا دوڑنے سے آپ بہت تھک جاتے ہیں مزید ورزش نہیں کرپاتے تو بہتر ہے کہ آپ چہل قدمی کریں جو زور دار نہیں اور آپ کافی دیر تک کرپاتے ہیں۔

پہلے چند ہفتوں کے بعد آپ یہ دیکھ کر حیران ہونگے کہ ورزش کے دوران اور بعد میں بھی آپ کتنا اچھا محسوس کرتے ہیں لیکن چند ماہ ایک ہی ورزش کرنے کے بعد ممکن ہے کہ آپ اس حد تک پہنچ جائیں جس سے آگے بڑھنا ممکن نہیں تو آپ کسی اور ورزش کو بھی آہستہ آہستہ پہلی ورزش کے ساتھ ملاتے جائیں۔ زیادتی نہ کریں۔ اگر آپ نے ورزش ہی ایک ذریعہ اپنایا ہے وزن کم کرنے کیلئے تو آپ کو ورزش میں کافی رد و بدل کرنا پڑیگا اور واپسی کا راستہ بڑی محنت مانگتا ہے۔ اگر ایسا ہو ہی جاتا ہے تو کم کیے ہوئے وزن کو کم ہی رکھنے کیلئے آپ کو چاہیے کہ ایسی خوراک کھائیں جس میں فیٹ کم ہو اور میٹھی اشیاء خوردنی سے تو بہت دور رہنا پڑیگا۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 21

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

میں نے پوچھا اس کا قصور کیا ہے آخر ایسا کونسا خطرناک اور برا کام کیا ہے تو بتایا کہ یہ انسانی عورتوں سے زنا کرتا ہے ہر وہ جن جو عورتوں کی عزتوں سے کھیلے اگر وہ پکڑا جائے تو اس کے ساتھ یہی حال ہوتا ہے اور اسے خوب سزا دی جاتی ہے۔ بعض تو اس سزا کے دوران مر جاتے ہیں اور جل کر راکھ ہو جاتے ہیں کیونکہ جنات اگر کوئی برائی کرتے ہیں تو اس کی سزا ہونی چاہیے کہ آخر اس سے جنات کی بہت زیادہ بدنامی ہوتی ہے ہم یہی منظر دیکھ رہے تھے اور باتیں کر رہے تھے کہ اچانک صحابی جن بابا تشریف لائے ہم سب ان کے ادب میں کھڑے ہوگئے فرمانے لگے میں مدینہ میں نماز پڑھ کر آرہا ہوں۔ مجھے پتہ چلا کہ علامہ صاحب آج جنات کی دنیا میں سب سے بڑی اور خطرناک جیل دیکھنے آئے ہوئے ہیں۔ میں اس جیل کا نگران اعلیٰ ہوں۔ پھر انہوں نے اپنی ایک لاجواب بات بتائی۔ فرمانے لگے ایک دن میں حضرت انسؓ صحابی رسول ﷺ کی خدمت میں بیٹھا تھا تو انہوں نے مجھے یہ دعا بتائی کہ جو شخص سخت خطرے میں ہو پریشان ہو دشمن کا خطرہ ہو یا جنات یا کسی حادثے کا یا لٹنے کا یا اغوا یا مال کے ختم ہونے کا جیسا بھی خطرہ ہو بس فوری طور پر امن مل جاتا ہے۔ وہ دعا یہ ہے: بِسْمِ اللّٰہِ عَلٰی دِیْنِیْ وَنَفْسِیْ وَوَلَدِیْ وَاَھْلِیْ وَمَالِیْ بس سارا دن کھلا پڑھے ہر حالت یعنی وضو بے وضو۔

اس گیارہ ربیع الاول کی رات میں کچھ معمولات کر رہا تھا۔ اچانک ایک ایسا انوکھا واقعہ ہوا جو آج سے قبل نہیں ہوا تھا یہ بات اس لیے لکھ رہا ہوں کہ پیدائشی جنات سے دوستی' ہم کلامی' بالمشافہ ملاقات' ان کی شادی' غمی میں آنا جانا' یہ سب کچھ ہوتا ہے پھر وہاں کے مشاہدات اور حیرت انگیز واقعات ان کی دنیا کے رنگ و روپ دیکھنے کا موقع ملتا ہے جو ایک سے بڑھ کر ایک ہے لیکن آج جو واقعہ ہوا وہ اس طرح ہوا کہ میں ایک خاص درود شریف پڑھ رہا تھا کہ مجھے اونگھ آگئی میں نے اپنے آپ کو ایک بہت ہی بڑے سرسبز شاداب جنگل میں پایا۔ وہ جنگل کم جنت زیادہ' ہر طرف سبزہ شادابی رعنائی اور مقام حیرت ہی حیرت' ہر طرف پھول کلیاں۔ میں اسی حیرت میں گم اور مسلسل گھوم رہا ہوں کہ ایک نہایت حسین بزرگ ملے جو کہ مصلیٰ بچھا کر بڑی تسبیح پر کچھ پڑھ رہے تھے۔ میرے قدم ان کے قریب جا کر رک گئے اور میں خاموش انہیں دیکھ رہا تھا اور دل ہی دل میں سوچ رہا تھا کہ یہ کون ہیں؟ یہ کونسی جگہ ہے اور یہ کونسا ذکر کر رہے ہیں؟ بہت دیر تک سوچتا رہا لیکن وہ درویش اپنے ذکر میں مشغول رہے۔ انہوں نے میری طرف کوئی توجہ نہیں کی بس خودبخود میری زبان پر سورۂ اخلاص جاری ہوگئی اور میں نے سورۂ اخلاص اونچی آواز میں پڑھنا شروع کردی میرے پڑھنے سے اس جنگل کے ہر ذرہ نے بھی سورۂ پڑھنی شروع کردی۔ ایک ایسا انداز اور کیفیت شروع ہوجاتی ہے کہ میں خود حیران کہ الٰہی یہ کیسا منظر ہے۔ میں خود ابھی تک وہ پرلطف منظر نہیں بھول سکا۔ بس میں بے ساختہ سورۂ اخلاص پڑھ رہا ہوں اور بہت تیزی سے پڑھ رہا ہوں کچھ ہی دیر کے بعد میرے منہ سے شعلے نکلنا شروع ہوگئے میں ڈر گیا کہ یہ کیا ہوا لیکن پڑھنا نہیں چھوڑا وہ شعلے نہیں تھے بلکہ نور تھا اور ہر طرف نور ہی نور بس دل چاہتا تھا کہ میں پڑھتا جاؤں۔ یکایک وہ درویش مصلے سے اٹھے تو ان کے اٹھتے ہی وہ طلسم ٹوٹا۔

انہوں نے دعا شروع کی مختصر دعا کے بعد میں خودبخود خاموش ہوگیا وہ اٹھے مصافحہ کیا گلے ملے میرے ماتھے کو چوما پیار کیا لیکن بات نہیں کی۔ پھر میرا ہاتھ پکڑ کر چلنا شروع کردیا اب وہ اور میں ہم دونوں سورۂ اخلاص پڑھ رہے تھے اس کے پڑھنے سے محسوس ہوتا تھا ہمارا فاصلہ کم ہو رہا ہے اور ہم بہت تیزی سے فاصلے منزل اور قدم طے کر رہے ہیں لیکن شاداب جنگل طے نہیں ہو رہا تھا ہر قدم نئی خوبصورتیاں' نیا حسن و جمال' نیا رنگ و روپ اور نئی دنیا ملتی تھی محسوس ایسے ہو رہا تھا کہ وہ درویش مجھے وہاں کی سیر کرا رہے ہیں بس ان کے ہاتھ میں میرا ہاتھ ہے اور ہم مسلسل سفر کر رہے ہیں۔ سفر میں سورۂ اخلاص اور قدرت کے مناظر دیکھنے میں ایسا محو تھا کہ منزل کا احساس نہیں ہوا کہ میں کہاں ہوں' کتنا فاصلہ طے کرلیا اور جانا کہاں ہے۔ بس سفر جاری تھا' بہت دیر کے بعد ایک محل اور بہت ہی خوبصورت محلوں پر نظر پڑی ان کے حسن و جمال کا اندازہ نہیں کیا جا سکتا ہم دونوں اس کے اندر داخل ہوئے تو کیا دیکھتا ہوں کہ حاجی صاحب صحابی بابا' عبدالسلام باورچی جن اور لاتعداد بڑے جنات مسند نشین ہیں' ہر طرف خوشبو رچی بسی ہے' ایسے محسوس ہوتا تھا کہ ہمارا انتظار تھا اور بس ہم پہنچے تو محفل میں سورۂ اخلاص کی تلاوت شروع ہوگئی مختلف قرأت میں سورۂ اخلاص پڑھی جارہی تھی' آواز اتنی دلکش اور پرسوز تھی کہ ہر شخص کے آنسو رواں تھے۔ پہلے تو میں نے محسوس نہ کیا لیکن پھر دیکھا تو معلوم ہوا کہ یہ وہی درویش ہیں جو مجھے ساتھ لائے تھے یہ ان کی آواز تھی حالانکہ میرے ساتھ بیٹھے تھے لیکن سورۂ اخلاص کی آواز میں ایسی دلکشی اور سوز تھا کہ خود اپنے وجود کی خبر نہیں تھی میں نے قریب ہی بیٹھے ایک جن سے پوچھا یہ درویش کون ہیں؟ وہ حیران ہوکر بولے کہ آپ نہیں جانتے؟ یہ حضرت خضر علیہ السلام ہیں۔ سورۂ اخلاص کے عاشق ہیں اور ہر اس شخص سے عشق و محبت کرتے ہیں جو سورۂ اخلاص کا ورد رکھتا ہو کیونکہ حضرت خضر علیہ السلام خود سارا دن سورۂ اخلاص ہی پڑھتے ہیں اور یہ خود فرماتے ہیں وہ شخص مقام ولایت تک نہیں پہنچ سکتا جو سورۂ اخلاص نہ پڑھتا ہو۔

بس یہ مختصر سی بات کرکے ہم خاموش ہوگئے اور سورۂ اخلاص کی قرأت جاری رہی اس کی تلاوت ختم ہوئی۔ ہر آنکھ اشکبار تھی اور ہر طرف نور ہی نور تھا۔ پھر کھانے کی دعوت شروع ہوئی اور دسترخوان وسیع تھا۔ **(جاری ہے)**

آئندہ قسط میں علامہ لاہوتی کے سورۂ اخلاص سے متعلق حیرت انگیز کمالات اور مشاہدات پڑھنا نہ بھولئیں!

”طبی تجربات و مشاہدات“ کتاب کی کرامات

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں ماہنامہ عبقری کا پرانا قاری ہوں۔ عبقری آپ کا اور ہم سب کا ہے۔ عبقری سے ہمیں روحانی اور طبی طور پر بہت فائدہ ہوتا ہے۔ حکیم صاحب میں نے آپ کی ساری کتابیں پڑھی ہیں۔ سب بہت ہی زبردست ہیں لیکن ان میں سے **”طبی تجربات و مشاہدات“** کتاب نے مجھے فائدہ دیا ہے۔ اس کتاب میں ”خاص انداز میں سانس لیجئے بے پناہ قوت حاصل کیجئے“ صفحہ 146 پر بتایا گیا ہے کہ روزانہ نماز فجر کے بعد سورج نکلنے سے قبل مشرق کی طرف منہ کرکے تیرہ بار سانس لیں۔ ”حکیم صاحب نے میں نے اس مشق پر عمل کرنا شروع کردیا۔ شروع شروع میں میں سانس تھوڑی دیر تک روک سکتا ہے اب کافی دیر تک سانس روک کر یہ مشق کرتا ہوں سانس سے میری بھوک بڑھ گئی ہے' قبض ٹھیک ہوگئی ہے' سیڑھیاں چڑھتے ہوئے سانس پھولتی تھی' اب نہیں پھولتی۔ بہت بہتری آئی ہے۔ **(صفدر الرحمٰن' ملتان)**

ذیشان اصغر، سوات

''ٹراؤٹ'' کھانے والے ضرور پڑھیں

اس مچھلی کے جسم کے زیریں حصے کا رنگ خاکستری ہوتا ہے۔ منہ میں تیز دانت ہوتے ہیں جن کی مدد سے یہ دوسری مچھلیوں کے علاوہ چھوٹی ٹراؤٹ مچھلیوں کو بھی ہڑپ کر جاتی ہے اس وجہ سے اب اس کا وجود کاغان کی قدیم مچھلیوں کیلئے بلائے ناگہانی بن چکا ہے

وادی کاغان میں جو ندی نالے پائے جاتے ہیں ان کی تہہ پتھریلی ہے' پانی کا بہاؤ تیز ہے' پتھروں کے ساتھ پانی کے ٹکراؤ سے اضطراب آمیز نغمہ پھوٹتا ہے۔ دریائے نین سکھ یا دریائے کنہار سڑک کے ساتھ ساتھ کسی سانپ کی طرح بل کھاتا ہوا مست اونٹ کی طرح جھاگ دیتا ہوا اور ہاتھی کی طرح چنگھاڑتا ہوا بہہ رہا ہے۔ اگر کوئی انسان بدقسمتی سے اس میں گر پڑے تو لاش تو کیا اس کا نشان تک بھی نہ ملے۔ کیا ایسے تندو تیز دریا اور ندی نالوں کی خوفناک موجوں میں نباتات اور حیوانات کی زندگی ممکن ہے؟ یقین جانیے کہ ایسا ہے بعض حیوانات اور پودے ان ندی نالوں اور دریا میں بڑے سکون کی زندگی بسر کرتے ہیں۔ یہی نہیں بلکہ اگر ان کو میدانی علاقوں کے ندی نالوں اور دریا میں رکھا جائے تو یہ زندہ نہیں رہ سکتے۔

ان علاقوں میں جو مچھلیاں پائی جاتی ہیں ان مچھلیوں کی جسمانی ساخت اور فطرت ہی کچھ ایسی ہے کہ نہ صرف یہ پانی کی مخالف سمت میں بڑی تیزی سے تیر سکتی ہیں بلکہ پتھروں کے ساتھ چمٹنے کی صلاحیت بھی رکھتی ہیں۔ اس طرح پتھروں کی موجودگی ان مچھلیوں کیلئے بے حد مفید ثابت ہوتی ہے۔

یہاں کے ندی نالوں میں عام قسم کے پودے پیدا نہیں ہوتے۔ کائی کی بعض قسمیں ایسی ہیں جو پتھروں کیساتھ چمٹ جاتی ہیں اور پانی اپنی پوری قوت کے باوجود انہیں علیحدہ نہیں کر سکتا۔ اکثر مچھلیاں اسی کائی پر گزارا کرتی ہیں مگر بعض مچھلیاں پتنگوں کے کرم بھی کھاتی ہیں۔ یہ خاص قسم کے کرم پتھروں کے ساتھ چمٹے رہتے ہیں۔

کاغان کی مچھلیوں میں سب سے خوبصورت اور طاقتور ''ٹراؤٹ مچھلی'' ہے۔ آج سے بیسیوں سال پہلے یہ مچھلی یورپ سے کشمیر لائی گئی پھر کشمیر سے اس کی افزائش نسل وادی کاغان میں شروع کر دی گئی۔ اب پاکستان کے دوسرے پہاڑی علاقوں میں بھی اس کی پرورش کی جارہی ہے۔ یہ مچھلی تقریباً 10 سے 16 انچ لمبی ہوتی ہے۔ سر کے علاوہ باقی جسم چھوٹے چھوٹے چانوں سے ڈھکا ہوتا ہے۔ پشتی پنکھوں' سر اور جسم کے بالائی حصوں پر سرخ سیاہ دھبے ہوتے ہیں جو اس کی خوبصورتی میں اضافہ کرتے ہیں۔ جسم کے زیریں حصے کا رنگ خاکستری ہوتا ہے۔ منہ میں تیز دانت ہوتے ہیں جن کی مدد سے یہ دوسری مچھلیوں کے علاوہ چھوٹی ٹراؤٹ مچھلیوں کو بھی ہڑپ کر جاتی ہے۔ اس وجہ سے اب اس کا وجود کاغان کی قدیم مچھلیوں کیلئے بلائے ناگہانی بن چکا ہے۔

اس کے جسم میں کانٹے بہت کم ہوتے ہیں۔ ذائقہ نہایت ہی لذیذ ہوتا ہے۔ اسی بنا پر شکاری لوگ اسے باقی مچھلیوں پر ترجیح دیتے ہیں اور مزے لے لے کر اس کا گوشت کھاتے ہیں۔

ٹراؤٹ مچھلی اپنی عادات و اطوار کے لحاظ سے بڑی عجیب و غریب ہے۔ بڑی مچھلیاں اپنا ایک چھوٹا سا احاطہ منتخب کرتی ہیں۔ اس احاطے میں کسی دوسری مچھلی کا داخل ہونا موت کو دعوت دینے کے مترادف ہے۔ پانی کے بہاؤ کے خلاف برق رفتاری سے سفر کرنے والی یہ طاقتور مچھلی جب دریا کی تہہ میں پتھروں پر جلوہ فگن ہوتی ہے تو ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے کوئی شاہسوار گھوڑے کی پیٹھ پر جم کر بیٹھا ہو۔

جب مادہ مچھلی کا انڈے دینے کا موسم قریب آتا ہے تو اس کے نر کا رنگ قدرتی طور پر زیادہ چمکدار ہو جاتا ہے۔ مادہ دریا کے کنارے پتھروں میں چھوٹا سا گڑھا یا گھونسلا اپنی دم کی مدد سے تعمیر کرتی ہے۔ اس گھونسلے کا قطر 8 سے 12 انچ تک ہوتا ہے۔ مادہ مچھلی اس میں انڈے دیتی ہے نر ان انڈوں پر تولیدی مادہ چھڑک دیتا ہے اس کے بعد وہ انڈوں کی حفاظت شروع کر دیتا ہے کسی دوسری مچھلی کو ان کے پاس پھٹکنے نہیں دیتا' حتیٰ کہ ان انڈوں سے بچے نکل آتے ہیں جب یہ بچے ذرا بڑے ہو جاتے ہیں تو نر مچھلی کا کام ختم ہو جاتا ہے۔ اگر نر ایسا نہ کرے تو عین ممکن ہے کہ دوسری مچھلیاں ان انڈوں اور مچھلیوں کو کھا جائیں۔ یوں کہنا چاہیے کہ قدرت نے نر کے دل میں پدرانہ شفقت کوٹ کوٹ کر بھر دی ہے اور ان بچوں کا کافی حد تک اسی پدرانہ شفقت پر انحصار ہے۔

حافظ معاویہ، کراچی

اسلام میں وقت کی اہمیت

اللہ تعالیٰ نے عمر کی شکل میں جو نعمت عطا فرمائی ہے دراصل یہی وہ نعمت اور وہ دولت ہے جس کو لے کر انسان دنیا میں آتا ہے

حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ میں کسی آدمی کو دیکھتا ہوں اور وہ مجھے پسند آتا ہے مگر جب معلوم ہوتا ہے کہ وہ کوئی کام نہیں کرتا تو میری نگاہوں سے گر جاتا ہے۔
وقت کو ضائع کرنے کی عادت انسان کی تمام بہترین صلاحیتوں کو زنگ لگا دیتی ہے ایک بے کار آدمی دوسرے لوگوں کو بظاہر زندہ دکھائی دیتا ہے درحقیقت اس کے اندر سے وہ تمام لطیف احساسات ختم ہو چکے ہوتے ہیں جو کسی آدمی کو حقیقی معنوں میں انسان بناتے ہیں اس لیے اس کا شمار مردوں میں ہی کیا جانا چاہیے۔
قیامت کے روز جب انسان کو اللہ تعالیٰ کے سامنے حساب و کتاب کیلئے پیش کیا جائیگا تو اس کے دل میں اپنی بداعمالیوں کی وجہ سے اس وقت یہ خیال پیدا ہوگا کہ کاش مجھے دوبارہ مہلت دی جاتی کہ دنیا میں جا کر میں اعمال صالحہ کا ذخیرہ زیادہ سے زیادہ اکٹھا کر لیتا اللہ تعالیٰ کی طرف سے اس وقت یہ کہا جائے گا کہ کیا ہم نے تم کو اتنی عمر نہیں دی تھی کہ عمر کی اس مقدار میں اگر تم اپنے آپ کو درست کرنا چاہتے کچھ نصیحت حاصل کرنا چاہتے تو حاصل کر سکتے تھے اور مزید برآں یہ کہ تمہیں ڈرانے کے واسطے ڈرانے والے بھی آئے۔
نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ جس آدمی کو اللہ تعالیٰ نے ساٹھ سال کی عمر دی ہو اس کا عذر ختم کر دیا گیا یعنی اسے کل قیامت کے دن یہ کہنے کا حق نہیں رہے گا کہ مجھے دنیا میں عمل کا موقع نہیں دیا گیا ساٹھ سال کا زمانہ ملا اور آخرت کے واسطے کوئی توشہ جمع نہ کیا تو آخرت کے عذر کے واسطے کیا چیز باقی رہی۔
اللہ تعالیٰ نے عمر کی شکل میں جو نعمت عطا فرمائی ہے دراصل یہی وہ نعمت اور وہ دولت ہے جس کو لے کر انسان دنیا میں آتا ہے اللہ نے یہ جسم عطا فرمایا جسم میں کام کرنے کے واسطے کچھ اور چیزیں دے رکھی ہیں اور یہ عمر اسی لیے عطا فرمائی کہ یہ جسم اور اس کی قوتیں ہم اللہ کی اطاعت میں لگا دیں۔
اللہ کے محبوب بندے اس کا اہتمام کرتے کہ زندگی کا یہ سرمایہ ضائع نہ ہو جائے غلط استعمال نہ ہو نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے اللہ کی دو نعمتیں ایسی ہیں جن کے بارے میں بہت سے لوگ خسارے میں ہیں وہ نعمتیں تندرستی اور فرصت ہیں۔
اللہ تعالیٰ ہمیں ان لمحات کی زیادہ سے زیادہ قدر دانی کی توفیق نصیب فرمائے آمین!

ہر قیمت کے بنیادی اصول......ایک کام

اس ماہ کا دکھی خط

کوئی غیبی مدد سمجھ کر خط لکھ رہی ہوں

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

حکیم صاحب میری کہانی کچھ یوں ہے کہ میری والدہ جس کے ساتھ بھی نیکی کرتی ہے وہ ہی آگے سے برائی کرتا ہے۔ میری والدہ صوم صلوٰۃ کی پابند ہے بچپن سے بچوں کو ٹیوشن پڑھاتی آ رہی ہیں۔ شادی کے شروع کے حالات اچھے تھے پھر حالات خراب ہوتے گئے۔

سسرال والوں اور میرے ابو نے لڑائی شروع کر دی۔ لڑائی اتنی شدید ہوتی کہ ابو امی کو مارتے پیٹتے۔ میری امی نے اپنی بھاوج کے انتقال کے بعد ان کے بچوں کی پرورش کی جب ہمارے ماموں نے دوسری شادی کی تو میری امی اپنے گھر آ گئی لیکن ہماری دوسری ممانی نے بھائی بہن کو دور کرنے کیلئے کالا علم شروع کر دیا کیونکہ ہمارے نانا نے بچپن میں ہمارے رشتے ہمارے ماموں کے لڑکوں کے ساتھ کر دیئے تھے۔ لیکن ہماری ممانی اس چیز پر ناخوش تھیں۔ اس لیے اس نے یہ رشتے ختم کرنے کیلئے کالا علم شروع کر دیا جس سے میں سخت بیمار ہوگئی میرے گھر والوں نے میرا بہت علاج کروایا لیکن میں ٹھیک نہ ہوئی۔ پھر میری امی نے روحانی علاج کروایا میں کچھ بہتر ہوئی۔ میری ممانی نے سب کے سامنے کہا کہ میں نے ف اور اس کی ماں پر کالا جادو کروایا ہے اور کرواتی رہوں گی اور سب گھر والوں سے انتقام لوں گی۔

انہوں نے اتنا ظلم کیا کہ ہمارے گھر کے حالات شدید خراب ہوگئے۔ میری بیماری کے علاوہ ہمارے گھر میں رزق نہ ہونے کے برابر ہوگیا۔ اس کے علاوہ ہمارے رشتے دار بھی ہمیں چھوڑ کر الگ ہوگئے۔ اس کو کوئی برا نہ کہتا سب میری امی سے کہتے اور نیکی کرو نیکی کا یہی صلہ ملتا ہے۔ ان مشکل حالات میں امی نے میری شادی کی۔ میری شادی کے 5 ماہ بعد سسرال والوں نے مجھے گھر سے نکال دیا۔

میں اپنے میاں کے ساتھ علیحدہ گھر میں رہتی ہوں جبکہ میری بیماری ابھی بھی ختم نہیں ہوئی میرے سر میں شدید درد ہوتا ہے' بے ہوش ہو جاتی ہوں' قے کی تکلیف' بہت علاج کروائے ڈاکٹری بھی' روحانی بھی آج سترہ سال ہوگئے کہ مجھے معدے کی شدید تکلیف ہے' کھانے کے بعد کھانا منہ کی طرف پلٹ کر آتا ہے۔ اتنی تکلیف کے ساتھ کہ جان نکل جاتی ہے۔ گھر سے باہر کا یا کسی کے گھر کھانا کھاؤں تو کوئی تکلیف نہیں۔ ماں کے سامنے اتنی تکلیف ہوتی ہے کہ وہ بھی پریشان ہو جاتی ہیں۔

شادی سے پہلے مجھے دورے پڑتے تھے لیکن شادی کے بعد وہ خود بخود ٹھیک ہوگئے لیکن کھانا کھانے کے دوران جو تکلیف ہوتی تھی وہ ابھی تک ہے۔ شادی کے ایک سال بعد میری بچی پیدا ہوئی۔ بچی پیدا ہونے سے پہلے میں نے ڈاکٹر سے چیک کروایا تو ڈاکٹر نے بتایا کہ تمہیں معمولی کیس ہے لیکن بچی کی پیدائش کے وقت ایسی شدید تکلیف ہوئی کہ ڈاکٹر حیران پریشان ہوگئے کہ کیا ماجرا ہے پھر بڑا آپریشن کرنا پڑا۔

حکیم صاحب! یہاں پر میری ماں اور میری تکلیفوں کا سلسلہ ختم نہیں ہوتا۔ میرے بعد دوسری بہن کی شادی دوسرے خاندان میں ہوئی۔

میری والدہ نے یہ سوچ کر ہی بھری کہ اپنا خاندان تو دیکھ لیا تو دوسری بچی کا رشتہ کسی باہر دوسرے خاندان میں ہو جائے۔ شادی کے دو روز بعد ہی میری بہن کے ساتھ وہی تکلیفیں شروع ہوگئیں۔ بہن کی شادی کے بعد اب تک میں اس سے مل نہیں سکی۔ حالانکہ کے شادی سے پہلے میں اتنی خوش تھیں کہ شادی کی تیاریوں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لے رہی تھی اور بہت پرامید تھی کہ وہ لوگ اچھے ہوں گے۔

اب میری ممانی کہتی ہے کہ تمہیں اور تمہاری بہن کو علیحدہ کروا کے چھوڑوں گی۔ اب ہمارے گھر کے حالات اللہ تعالیٰ کے کلام سے کچھ بہتر ہوئے ہیں لیکن میری امی کی پریشانی ختم نہیں ہوئی۔ بچوں کو قرآن پڑھایا بچوں کے والدین عزت تک نہیں کرتے۔ بچے پاس سے گزر جاتے ہیں سلام تک نہیں کرتے۔

اپنے پرائے دور ہیں' کہیں بھی عزت نہیں۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جیسے میری ماں بہت بڑی مجرم ہو' کوئی گنہگار یا کوئی بدکار عورت ہو۔ میں نے عبقری رسالہ دیکھا اور پڑھ کر اللہ کی طرف سے کوئی غیبی مدد سمجھ کر خط لکھ رہی ہوں کہ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے (باقی صفحہ نمبر 43 پر)

منہ کا السر

منہ کا السر بچپن میں شاذ ہی ہوتا ہے لیکن بڑے ہونے کے بعد اس سے بہت واسطہ ہے۔ منہ کے السر کی ابتدا میں سنسناہٹ اور جلن محسوس ہوتی ہے۔ پھر منہ میں سرخ گلٹی بن جاتی ہے جو السر یا زخم کی شکل کی اختیار کر لیتی ہے۔ السر کا علاج نہ کیا جائے تو عموماً یہ چند روز بعد بہتر ہو جاتے ہیں اور تین ہفتے میں غائب ہو جاتے ہیں لیکن اکثر یہ دوبارہ پیدا ہو جاتے ہیں۔

کافی بڑی تعداد میں لوگوں کو یہ شکایت بھی ہوتی ہے کہ ہونٹوں کے آس پاس پھنسیاں نکل آتی ہیں۔ اس شکایت کو تبخال کہتے ہیں تبخال کے وائرس کی وجہ سے اکثر منہ کے اندر بہت سے "تکلیف دہ زخم بن جاتے ہیں۔ خصوصاً جب اس وائرس کا جس پر حملہ پہلی بار ہوتا ہے۔ یہ تعدیہ عموماً خود بخود ٹھیک ہو جاتا ہے اور ہمیشہ کے علاج کی ضرورت نہیں ہوتی لیکن اس کا زود تو معالج سے مشورہ کر ہی لینا چاہیے۔

تبخال کا السر ایک سے دوسرے کو لگ سکتا ہے۔ اگر منہ کا السر تین ہفتے سے بھی زیادہ رہے یا سال میں تین چار بار سے بھی زیادہ لوٹ کر آئیں یا ان کا تعلق بخار' اسہال' دردسر' جلدی پھوڑوں یا بیماری کے عام احساس جیسی علامات سے ہو تو معالج سے مشورہ کریں کیونکہ کبھی کبھار یہ السر شدید نوعیت کی خرابی کی نشان دہی کرتے ہیں جن میں منہ کا سرطان اور ایڈز بھی شامل ہیں۔

مروجہ دواؤں کے علاوہ کچھ گھریلو طریقے بھی منہ کے السر کے علاج کیلئے تجویز کیے جاتے ہیں۔ ایک علاج یہ ہے کہ کیتلی میں دس ٹی بیگ ڈال کر ان پر کھولتا ہوا پانی ڈالیے اور آدھے گھنٹے تک دم دیجئے۔ پھر اس میں سے آدھی پیالی نکال کر منہ میں ڈالیے اور پانچ منٹ تک گھماتے رہیے۔ پھر تھوک دیجئے یہ عمل دن میں چار بار کیجئے۔ اگر السر دیر تک رہے جس کی وجہ سے کوئی طبی خرابی ہو تو چائے دانی میں ایک چمچہ پسی ہوئی ادرک اور تین چمچے دار چینی ڈال کر کھولتا ہوا پانی ڈالیے اور تین منٹ تک دم دیجئے۔ دم کے دوران اس میں ایک چھوٹی کٹی ہوئی مولی اس میں ملا دیجئے۔ پھر اسے چھان کر دو دو گھنٹے کے وقفے سے ایک پیالی پیجئے۔ (اقتباس عبقری فائل 1)

دل کی بیماری کا خاص سبب

جب انہیں بتایا گیا کہ یہ چودہ سو سال قبل نازل ہونے والی قرآنی آیات ہیں تو انہوں نے ان کی حقانیت کو تسلیم کرتے ہوئے کہا کہ یہ الہامی آیات ہی ہوسکتی ہیں کیونکہ چودہ سو سال قبل کوئی انسان یہ معلوم کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتا تھا۔

پراسٹیٹ گلینڈ کینسر موروثی بھی ہوسکتا ہے: ماہرین طب

ماہرین طب نے خبردار کیا ہے کہ پراسٹیٹ گلینڈ کینسر کا مرض جس خاندان میں ہو اس خاندان کے دیگر مردوں کو بھی اس مرض کے لاحق ہونے کے امکانات ہوتے ہیں، لہٰذا قبل از وقت ٹیسٹ کرالینا چاہئے تاکہ بے خبری میں اس مرض کے شکنجے میں آنے سے بچا جاسکے۔ اگر باپ کو ہے تو بیٹوں کو اور مرض کے بھائیوں کو ضرور ٹیسٹ کرانے چاہئیں۔ فیملی پراسٹیٹ کینسر پر کی جانے والی یہ تحقیق کیرے بیالا کی انسٹی ٹیوٹ میں مکمل کی گئی جس میں 26 ہزار 561 مریضوں کا تجزیہ کیا گیا اور ان کے 5 ہزار 623 قریبی رشتے داروں میں بھی یہ مرض پایا گیا۔ عزیز و اقارب میں اس مرض کی قبل از وقت تشخیص سے ان کے علاج میں گرانقدر سہولت پیدا ہوگی۔ ماہرین نے کہا ہے کہ 65 سال کی عمر یا اس کے بعد اس سرطان کے ظاہر ہونے کے امکانات 3 گنا بڑھ جاتے ہیں۔ 65 سے 74 سال کی عمر میں یہ مرض 1.8 فیصد تک نظر آتا ہے۔

اسلام کی حقانیت کا اعتراف

ماہر جنسیات ڈاکٹر جون ایلسیس نے تخلیق انسانی کے متعلق قرآنی آیات سن کر اسلام قبول کرلیا ہے۔ جدہ میں شاہ عبدالعزیز یونیورسٹی کے شاہ فہد سنٹر کے فزیشن ڈاکٹر محمد علی بصر نے بتایا کہ ڈاکٹر کیتھ مور نے جب قرآن حکیم کی وہ آیات سنیں جن میں تخلیق انسانی کا ذکر ہے تو انہوں نے پوچھا یہ کس کی تصنیف ہے جب انہیں بتایا گیا کہ یہ چودہ سو سال قبل نازل ہونے والی قرآنی آیات ہیں تو انہوں نے ان کی حقانیت کو تسلیم کرتے ہوئے کہا کہ یہ الہامی آیات ہی ہوسکتی ہیں کیونکہ چودہ سو سال قبل کوئی انسان یہ معلوم کرنے کی صلاحیت نہیں رکھتا تھا۔

بیماری دل کے ابتدائی اشارے

پچاس فیصد سے زائد دل کے مریضوں کو مرض کے حملہ سے کافی پہلے اس کے اشارے ملنے لگتے ہیں یہ بات ویسٹ ورجینیا کے پرسٹن کیونٹی ہسپتال کے شعبہ امراض قلب کے ڈائریکٹر اور چیف سٹاف ڈاکٹر اے آر پراچہ نے کہی۔ پاکستان میں پیدا ہونے والے اور نشتر میڈیکل کالج ملتان سے گریجوایشن کرنے والے امریکی ماہر قلب نے اخباری نمائندوں کو بتایا کہ پیشگی طور پر ملنے والے یہ اشارے عموماً سینے کے وسط سے شروع ہوکر دائیں بائیں یا اوپر کی طرف جانے والے درد اور سانس لینے میں ہوا کی کمی کے احساس کی صورت میں ہوتے ہیں۔ انہوں نے کہا کہ ایک دفعہ مرض کا حملہ ہونے یا سینے میں شدید درد ہونے کی صورت میں مریض کو فوری طور پر ہسپتال لے جانا چاہیے کیونکہ مرض کے حملے کا پہلا گھنٹہ نہایت خطرناک ہوتا ہے۔

انہوں نے مزید کہا کہ عام لوگوں کو بالعموم اور دل کے مریضوں کو بالخصوص اس مرض میں دی جانے والی ابتدائی طبی امداد کے جو عام طور پر سی پی آر کہلاتی ہے تربیت حاصل ہونی چاہیے۔ بلکہ سی پی آر ٹریننگ تعلیمی اداروں میں رائج کرنی چاہیے۔ انہوں نے کہا کہ بلڈ پریشر اور کولیسٹرول اس مرض کی عمومی وجہ ہوتے ہیں جبکہ ذیابیطس، موٹاپا اور خاندانی ورثے کے اثرات بھی مرض کا باعث بن سکتے ہیں۔ ڈاکٹر پراچہ نے کہا کہ بڑا گوشت، شراب، انڈے کی زردی، بالائی دار دودھ، مکھن، دیسی گھی اور دیگر چیزیں خون میں کولیسٹرول بڑھانے کا سبب بنتے ہیں۔ لہٰذا کولیسٹرول اور بلڈ پریشر کے بارے میں سال میں دو چار مرتبہ ضروری ٹیسٹ کراتے رہنا چاہیے۔

تنگدستی دور کرنے کا عمل

جو شخص یَـــا وَاسِعُ کی کثرت سے تلاوت کریگا دین و دنیا کی دولت سے مالا مال رہے گا۔ کبھی تنگدستی او محتاج نہ ہوگا رزق کی کشائش کیلئے اس مبارک نام کو پانچ ہزار مرتبہ عشاء کی نماز کے بعد پڑھنا نہایت مجرب ہے۔ (حافظ عبدالمجید، کراچی)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد حَلِیْمٌ کَرِیْمٌ عَفُوٌّ کَرِیْمٌ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ "آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا / گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد و واقعات کے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! ہم نے عبقری رسالے سے بہت کچھ پایا ہے۔ اس میں موجود طبی و روحانی نسخے بہت ہی لاجواب ہوتے ہیں۔ ہم نے آج تک جو بھی طبی یا روحانی نسخہ کیا ہے اس سے ہمیں بے پناہ فوائد حاصل ہوئے ہیں یہاں تک کہ ہم نے دوسرے کئی لوگوں کو عبقری دیا انہوں نے بھی طبی و روحانی نسخے آزمائے سب کو اللہ نے فائدہ دیا۔ خاص کر مراقبے کے عمل نے تو ہم سب کو حیران و پریشان ہی کردیا ہے۔ میں نے مراقبے کا عمل کیا۔ میری سوچوں میں بھی نہیں تھا کہ اللہ میری ہر حاجت پوری فرمائیں۔ مراقبے کا عمل کرنے سے میری بہت سی روحانی و جسمانی بیماریاں ایسے ختم ہوئیں جیسے کبھی تھی ہی نہیں۔ میں صرف اپنی بات نہیں کررہی میں نے جس کسی کو بھی مراقبے کے عمل کے بارے میں بتایا اور جس نے بھی کیا سب کو لاجواب فوائد حاصل ہوئے۔ (مسز عبدالرشید، لاہور)

کلر تھراپی سے بیماریوں سے نجات

ڈاکٹر ثمینہ عامر

جڑی بوٹیوں کی جگہ نت نئی انسانی دریافت کی مصنوعات علاج کے نام پر مارکیٹ میں آنے لگیں اور ساتھ ہی علاج کے ساتھ ایک نئی بیماری بھی۔ ہر علاج کامیاب ہوا لیکن ایک نئی بیماری کو جنم دے کر یعنی بیماری نے اپنا آپ ٹرانسفر کر دیا ایک اور بیماری میں

کلر تھراپی ایک مکمل مضمون ہے۔ اگر اس کو یونیورسٹی کی سطح پر یا کتاب کی شکل میں سبقاً سبقاً پڑھا جائے تو بہت آسانی سے دو سال کے عرصہ میں اس شعبے میں سپیشلائزیشن کیا جا سکتا ہے۔ ایم اے یا پی ایچ ڈی کی سطح پر چار سال کے عرصے میں اس میں بہت کام کیا جا سکتا ہے۔ گزشتہ دنوں ایک بین الاقوامی جریدے میں شائع ہونے والے ایک مقالے میں بتایا گیا ہے کہ کروموپیتھی یا کلر تھراپی کا بہت باریک بینی سے جائزہ لیا گیا ہے اور اس کو مختلف ادوار میں تقسیم کر کے سیر حاصل بحث کی گئی ہے۔ اس کے علاوہ مختلف کلر تھراپسٹ کے کام کا بھی جائزہ لیا گیا ہے۔ اس مقالے کا مصنف اس نتیجہ پر پہنچے ہیں کہ پاکستان میں بھی اس پر خاصا کام کیا گیا ہے۔

اس میں بتایا گیا ہے کہ انسانی جسم میں موجود کام کرنے والے مختلف اینزائمز پر رنگین روشنیوں کا تجزیہ کیا گیا ہے اور تحقیق سے یہ بات معلوم ہوئی ہے کہ کینسر کے اینزائمز کیلئے لال (سرخ) رنگ کی روشنی کو بہترین قرار دیا گیا ہے۔

انسانی بدن اور بیماریاں

نوعِ انسانی نے ازل سے خود کو بہتر سمجھنا چاہا ہے اور بیماری اور موت سے ہر دم برسرِ پیکار ہے۔ نئے نئے وجود میں آنے والے طریقۂ علاج اس بات کے عکاس ہیں کہ انسان خود کو بیماری کے موذی پنجے سے آزاد کرانے کا ہر دم خواہاں ہے لیکن جتنا طرزِ علاج بدلتا جا رہا ہے ہم اپنی فطرت سے دور ہوتے جا رہے ہے اتنی ہی پیچیدگیاں بڑھتی جا رہی ہیں۔

ذہن اتنے ہی آلام میں گرفتار ہیں۔ علاج ایک پیشہ بن چکا ہے جس میں خلوص اور فطرت سے ہم آہنگی ناپید ہے فطرت سے اس چپقلش کے نتیجے میں ہم روز بروز ایک نئے آلام ایک نئی بیماری حتیٰ کہ لاعلاج بیماریوں میں مبتلا ہوتے جا رہے ہیں۔ روز افزوں نت نئے علاجوں میں ترقی اور علاج کے نام پر اس پیشے کو بدنام کیا جا رہا ہے۔ حضرت لقمان علیہ السلام نے جڑی بوٹیوں سے ان کے بارے میں دریافت کیا اور جڑی بوٹیوں نے خود کو حضرت لقمان علیہ السلام پر عیاں کیا۔ حضرت لقمان علیہ السلام کا مقصد یقیناً کاروبار نہ تھا بلکہ نوعِ انسانی کی بھلائی اور خیر تھا۔ نتیجہ میں علاج فطرت کے ہم آہنگ رہا اور جڑی بوٹیاں انسان کا پہلا علاج قرار پائیں۔ وقت گزرتا رہا اور ان ہی جڑی بوٹیوں نے نوعِ انسانی کی خدمت میں کوئی کمی نہ رکھی اور پھر علاج کاروبار بن گیا۔

ان ہی جڑی بوٹیوں کی جگہ نت نئی انسانی دریافت کی مصنوعات علاج کے نام پر مارکیٹ میں آنے لگیں اور ساتھ ہی علاج کے ساتھ ایک نئی بیماری بھی۔ ہر علاج کامیاب ہوا لیکن ایک نئی بیماری کو جنم دے کر یعنی بیماری نے اپنا آپ ٹرانسفر کر دیا ایک اور بیماری میں۔ اس کی وجہ کیا ہے دراصل ہم علاج کے نام پر دھوکہ دیتے اور کھاتے چلے آئے ہیں فطرت سے ہم آہنگی کو چھوڑ کر چکا چوند کے عادی ہوتے چلے گئے ہیں۔ سادگی کی جگہ دکھاوا آ گیا جس سے ہمارے اندر کی توانائی بھل بھل جلنے لگی۔ مشقت کی جگہ عیش کوشی اور آرام طلبی نے ڈیرے ڈال لیے۔ لیکن چند لوگ ہمیشہ سے موجود رہے جو لوگوں کو فطرت کے اصولوں کے ہم آہنگ ہونے کا درس دیتے رہے۔ رنگ و روشنی سے علاج بھی حاصل فطرت سے ہم آہنگی کا دوسرا نام ہے۔ ہم علاج کے کاروباری جال سے خود کو محفوظ رکھ سکتے ہیں اگر ہمیں یقین اور توانائی کے ذخیروں سے واقفیت پیدا ہو جائے توانائی کا ذخیرہ ہمارے اندر موجود ہے۔ صرف توجہ اس جانب مبذول کرنے کی ہے۔ توانائی رنگوں کی صورت میں ہمارے چاروں طرف بکھری پڑی ہے آیئے اس توانائی کے خزانے کی جانب او فطرت سے ہم آہنگ ہو جایئے۔

کروموتھراپی اور بیماریاں

انسانی جسم میں درکار رنگوں کی مقدار میں ایک خاص توازن اور ہم آہنگی پائی جاتی ہے جب یہ توازن بگڑ جائے اور رنگوں کی مقدار اعتدال پر نہ رہے تو جسم انسانی میں "رنگین لہروں" کے نظام اور اس کے نتیجے میں بننے والی برقی رو کی یا بیشی کا شکار ہو جاتی ہے۔ رنگوں کی مقدار میں بے اعتدالی کو عرفِ عام میں بیماری یا کروموتھراپی کی اصطلاح میں رنگوں کا ٹوٹنا کہتے ہیں۔ درحقیقت کسی مخصوص طول موج یا فریکوئنسی والی لہر کو رنگ کہا جاتا ہے جو ہماری نگاہ محسوس کر سکتی ہے۔ یہ لہر جسم انسانی میں داخل ہو کر عضلات اور اعصاب کے خلیوں کے مرکزوں میں موجود کروموسومز یعنی رنگین جسم میں اس وقت فعال کردار ادا کرتے ہیں جب تک انہیں درکار توانائی کی مخصوص مقدار دستیاب رہتی ہے۔ جب ان کروموسومز کو درکار توانائی کی معین مقدار ملنا بند ہو جاتی ہے تو ان کی کارکردگی اور افعال متاثر ہونا شروع ہو جاتے ہیں ان کی کارکردگی میں بگاڑ کا اظہار مختلف امراض کی صورت میں ہوتا ہے۔ توانائی کی معین مقداریں کیسے کم ہو جاتی ہیں یا رنگوں کے ٹوٹنے کا عمل کیوں ہوتا ہے تو اس کی بنیادی طور پر دو یا تین وجوہات اہم ہیں۔

پہلی وجہ تو رنگوں کی لہروں کی عدم دستیابی ہے یعنی جب انسان لگاتار روشنی اور دھوپ سے دور رہتا ہے تو اس کو درکار رنگین لہریں دستیاب نہیں رہتیں تو اس کے اندر موجود ذخیرہ شدہ توانائی استعمال ہونا شروع ہو جاتی ہے اور پھر ایک وقت ایسا بھی آتا ہے جب یہ ذخائر بھی ختم ہو جاتے ہیں۔ اس وقت جسم ہنگامی حالت کا اعلان کر دیتا ہے اس ہنگامی صورتحال کا اظہار جسم کے مختلف اعضاء میں درد ہونے' کسی مرض کی علامت' جلدی امراض' خون کے امراض' پیشاب کی تکالیف یا پھر طبیعت میں الجھن' جھنجھلاہٹ' بیزاری وغیرہ کے طور پر ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

قدرتی روشنی اور دھوپ سے دور رہنا اور مصنوعی روشنیوں میں زندگی گزارنا آج کے انسان کا طرزِ زندگی بن چکا ہے' اس نے ایسا طرزِ رہائش اپنا لیا ہے کہ گھروں اور رہائش گاہوں دھوپ کا گزر کم ہوتے ہوتے تقریباً ختم ہو گیا ہے۔

اس فرق کا اظہار بھی مختلف امراض کی صورت میں ہی ہوتا ہے۔ جب انسان توہمات کا شکار ہو جاتا ہے بے یقینی اور وسوسے اس کے ذہن کو اپنی گرفت میں لے لیتے ہیں۔ جذباتی عدم توازن اس کا رویہ بن جاتا ہے تو نت نئے امراض اس پر حملہ کر دیتے ہیں۔

(بقیہ: کوئی تو میری مدد کیجئے کر خط لکھ رہی ہوں)

واسطے میری امی کی مدد کریں تاکہ زندگی میں وہ بھی سکھ کا سانس لے سکے اور کچھ خوشی حاصل کر سکے۔ میری امی نے میرے بھائی کی منگنی کی لیکن ان لوگوں نے منگنی توڑ دی کہ کہیں میری ممانی ان پر بھی کالا جادو نہ کروا دے اور وہ ان سے ناراض نہ ہو جائے۔ کیا وہ عورت ہم پر یوں ہی ظلم کرتی رہے گی؟ کیا ہمیں کبھی کوئی خوشی نہ ملے گی' کیا کبھی ہم بھی سکون سے کھانا نہ کھا سکوں گی؟؟؟ خدا کے لیے ہماری مدد کریں کوئی ایسی کلام عظیم بتا دیں کہ ہمارے حالات بدل جائیں۔ آپ کو بتاتی چلوں کہ میں نے اور امی نے بہت زیادہ کلام پاک پڑھا ہے امید ہے کہ ایک دکھی بیٹی' بہن سمجھ کر ہماری ضرور مدد کریں گے اور روحانی محفل میں بھی دعا کریں گے۔

(قارئین! یہ بھی زندگی کا سلگتا سوال ہے آپ نے پڑھا یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ اس دکھ کا مداوا کیا ہے؟)

بشیر محمود

الرجی سے پریشان نہ ہوں!

وہم کی حد تک یا حد درجہ تک صفائی اور ستھرائی کے متوالے بھی حساسیت یعنی الرجی کا بڑی آسانی سے شکار ہوسکتے ہیں۔ہم نے دیکھا ہے کہ بعض لوگ لباس اور جسم کی صفائی کا اس حد تک خیال رکھتے ہیں کہ دن میں کئی بار صابن مل مل کر جسم کو صاف کرتے ہیں

گزشتہ تیس سالوں کے دوران ہماری آبادی کی اکثریت بعض چیزوں کے متعلق خاصی حساس اور الرجک ہوتی جارہی ہے۔ اس میں بلیاں‘ کتے‘ گرد وغبار‘ پھولوں سے اڑنے والا زیرہ‘ مختلف قسم کے کیمکلز اور ادویات شامل ہیں۔بعض لوگ مونگ پھلی‘ اخروٹ اور اس قسم کے دوسرے نٹس سے بھی الرجک ہوتے جارہے ہیں۔

ہم اس دور میں کچھ زیادہ ہی حساس ہوتے جارہے ہیں یقیناً ہمارے ہائی جین کے معیار میں دن بدن اضافہ ہورہا ہے اور بیماریاں آناً فاناً ہم پر حملہ آور ہوتی جارہی ہیں۔لازمی بات ہے کہ ہمارے جسم میں بیماریوں کے دفاع کی قوت میں کمی واقع ہورہی ہے کہ جونہی کسی نے کسی کے پاس چھینک ماری تو ہم بھی نزلہ وزکام میں مبتلا ہوگئے اور پھر دھڑا دھڑ ادویات کا استعمال شروع کردیا جس سے جسم کے اندر بیماریوں کا دفاع کرنے والی قوت اور بھی کمزور ہوجاتی ہے اور ہم بار بار بیماریوں کا شکار ہونے لگتے ہیں۔

آخر ایسا کیوں ہورہا ہے اور اس کا کوئی مستقل ازالہ ہونا چاہیے کہ آئے روز کی بیماریوں سے چھٹکارا مل سکے۔

الرجی ایک طرح کی جسمانی بے ترتیبی کا نام ہے جو بے ضرر خوردنی اشیاء سے لاحق ہوتی ہے جن سے بعض لوگ حساس ہوتے ہیں‘ان اشیاء میں سونگھنے والی‘انجکشن‘جسم میں جانے والی یا چھونے والی اشیاء بھی شامل ہوتی ہیں۔

انسان کے جسم میں موجود فطری امیون سسٹم ان بے ضرر اشیاء کو بعض اوقات قبول کرنے سے انکار کردیتا ہے اور اس طرح حساسیت یا الرجی کی کیفیت پیدا ہوجاتی ہے یہ صورت حال بالکل اسی طرح کی ہوتی ہے جو بیکٹیریا یا وائرس سے ہوا کرتی ہے۔انسانی جسم اس کے دفاع کیلئے ایک دفاعی مادہ خارج یا پیدا کرتا ہے‘جسے اینٹی باڈی کا نام دیا جاسکتا ہے اسے طبی اصطلاح میں امیونو گلوبولن ای بھی کہتے ہیں اور پھر اس سے ہی مختلف قسم کی الرجی کی علامات ظاہر ہوتی ہے۔انسان کو لاحق ہونے والی الرجی میں سے عام قسم وہ ہے جو بخار‘دمے اور ایگزیما کی صورت میں نمودار ہوتی ہے۔بخار الرجی کی ایک صورت ہے جو پچھلے بیس برسوں کے دوران دوگنی مضرت کے ساتھ ظاہر ہورہی ہے۔چنانچہ بتایا گیا ہے کہ دمہ کی تکلیف لوگوں میں اپنے معراج کو پہنچ گئی ہے۔ایک اندازے کے مطابق سات بچوں میں سے ایک دمے کی صورتحال سے دوچار ہے اور پانچ سال سے کم عمر بچوں میں یہ شکایت پچھلے دس سالوں میں دوگنی ہوگئی ہے۔

ایسا کیوں ہورہا ہے؟ اس کا جواب یہ ہے کہ یہ ماحول کی مرہون منت ہے جب ہم ماحولیاتی فیکٹریز کا ذکر کرتے ہیں تو اسے لوگ فضائی آلودگی سے تعبیر کرتے ہیں تاہم ایسے شواہد موجود ہیں کہ آلودگی اس کی بنیادی وجوہات میں شمار نہیں کی جاسکتی بلکہ یہ چاردیواری یا گھر کے اندر کے ماحول سے بھی منسلک ہے۔

صرف فضائی آلودگی سے اس کا کوئی تعلق نہیں۔ایسے لوگ جو سنٹرل ایئرکنڈیشنڈ اور پینٹ کیے گئے شیشوں والے دروازوں اور کھڑکیوں والے گھروں میں رہائش رکھتے ہیں ان کے گھروں میں کارپٹس بچھے ہوتے ہیں اور کھڑکیوں کے آگے نرم وگداز پردے لٹک رہے ہوتے ہیں یہ سب چیزیں گرد وغبار کے ذرات کو سمیٹنے کیلئے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہی اشیاء انسان کو الرجی میں مبتلا کرنے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔اسی طرح جو لوگ گھروں میں کتے‘بلیاں یا خرگوش پالتے ہیں وہ خود اپنے لیے الرجی کا اہتمام کرتے ہیں۔ایسے ماحول میں انسانی جسم بآسانی ان اشیاء میں چھپے گرد وغبار کے ذرات سانس کے ذریعے اپنے جسم میں داخل کرتا ہے اور اس طرح الرجک ری ایکشن پیدا ہوتا ہے۔ ماہرین کے تجربے کے مطابق ایسے افراد جو کم ازکم ایک سال تک ایسے ماحول میں گزر بسر کررہے ہوں ان کے بچوں کو لازماً دمہ کی تکلیف لاحق ہوسکتی ہے جبکہ وہ خود بھی دمے کے مریض بن جاتے ہیں۔

وہم کی حد تک یا حد درجہ تک صفائی اور ستھرائی کے متوالے بھی حساسیت یعنی الرجی کا بڑی آسانی سے شکار ہوسکتے ہیں۔ہم نے دیکھا ہے کہ بعض لوگ لباس اور جسم کی صفائی کا اس حد تک خیال رکھتے ہیں کہ دن میں کئی بار صابن مل مل کر جسم کو صاف کرتے ہیں۔ ذرا سا داغ کپڑے پر برداشت نہیں کرتے اس قسم کے لوگوں کے جسم میں بیماریوں یا جراثیم سے بچنے کیلئے قوت مدافعت میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔لہٰذا ایسے لوگ بھی جلد جلدی بیماریوں کا شکار ہونا شروع ہوجاتے ہیں جتنا وہ بیماریوں اور الرجی سے بچنے کیلئے گھر کی ہر چیز کو جراثیم سے پاک بناتے ہیں جن کیمیکلز کے ذریعے وہ گھر اور اس میں موجود اشیاء کو صاف کرتے ہیں ان کا ایسا اثر ہوتا ہے کہ وہ انسانی جسم کے اندر بیکٹیریا سے دفاع کرنے کا نظام ہی ڈیولپ نہیں ہونے دیتے ایسے افراد کے بچے جب بھی گھر سے باہر نکلتے ہیں تو بیکٹیریا ان پر حملہ آور ہوجاتے ہیں لہٰذا وہم کی حد تک صفائی رکھنا بھی نقصان دہ ثابت ہوسکتا ہے‘گھر میں تو وہ یقیناً الرجی سے بچے رہیں گے مگر باہر نکلتے ہی وہ جراثیم کی زد میں آسکتے ہیں‘ یہی وجہ ہے کہ صاف شفاف گھروں میں رہنے والے افراد کے بچے عموماً نزلہ وزکام اور دیگر تکالیف میں زیادہ مبتلا ہوتے دیکھے گئے ہیں بہ نسبت عام گھروں میں رہنے والوں کے۔

دیہات میں رہنے والے افراد کے بچے گھر کے صحن میں مٹی میں لوٹ پوٹ ہوتے رہتے ہیں بعض مٹی کھا بھی لیتے ہیں مگر بہت کم بیمار ہوتے ہیں اس کے مقابلے میں شہری بچے کو ایسی جگہ پر کھیلنے کا موقع دیا جائے تو وہ یقیناً بیمار ہوجائے گا جبکہ دیہاتی بچے صحت مند توانا اور چاق وچوبند رہیں گے کیونکہ ان کے اندر جراثیم سے لڑنے اور ان کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت بدرجہ اتم موجود ہوتی ہے۔ جہاں بھی ہم فطرت سے ہٹ کر کوئی کام کریں گے تو جسم کے اندر قوت مدافعت کمزور ہوکر انسان کو دائمی مریض بناسکتی ہے۔یہ ایک حقیقت ہے کہ یہی بچے شہری بچوں کے مقابلہ میں جسمانی طور پر زیادہ صحت مند ہوتے ہیں۔

بیماریوں اور الرجی سے محفوظ رہنے کیلئے کچھ ہدایات درج کی جاتی ہیں:۔

زیادہ صفائی پسند مت بنئے اور نہ جراثیم کش ادویہ کا زیادہ استعمال کریں ☆ وہم چھوڑیں فطرت اور فطرت کے مطابق زندگی گزارنا سیکھیں ☆ کپڑوں کی بھی ایک حد تک صفائی رکھیں اس طرح آپ کے جسم کا امیون سسٹم فعال رہے گا اور آپ بیماریوں سے بچے رہیں گے بصورت دیگر آپ بار بار بیماریوں کا شکار ہوتے رہیں گے۔ ☆ ہمیشہ تازہ پھل اور سبزیاں استعمال کریں۔یہ جراثیم کے حملے سے دفاع کی صلاحیت آپ کے جسم میں بڑھائیں گے نیز آپ کا امیون سسٹم بھی بیدار رہے گا اور آپ صحت مند وتوانا رہیں گے۔

ش م چوہدری

موذی امراض کیلئے درود شریف

نبی اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر صلوٰۃ و سلام کی تکرار بخار وغیرہ میں پیاس کے غلبہ کو زائل کر دیتی ہے۔ حج کے راستے میں پانی کی عدم موجودگی میں اسے بارہا آزمایا گیا اور بہت سے لوگوں نے اس سے استفادہ کیا

روزگار میں ترقی کیلئے

صاحب مطالع المرات فرماتے ہیں کہ اگر کوئی شخص اس درود پاک کو روزانہ گیارہ مرتبہ ورد کے طور پر پڑھا کرے تو اس کے روزگار میں دن بدن ترقی ہوگی۔ حاسدوں اور دشمنوں کے شر سے محفوظ رہے گا۔ درود پاک یہ ہے:

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَيْهِ تَسْلِيماً وَهَبْ لَنَا بِالصَّلٰوةِ عَلَيْهِ اَجْراً عَظِيماً

باؤلا کتایا زہریلا کیڑا کاٹ لے تو

اگر کسی کو باؤلا کتا کاٹ لے زخم آ جائے یا کوئی زہریلا کیڑا کاٹ لے تو مندرجہ ذیل درود شریف ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر دم کرے ان شاء اللہ زہر اثر نہ کرے گا۔ تین روز تک ہر روز تین مرتبہ عمل کرے مجرب ہے۔ درود پاک یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى نُوْحٍ نَبِيِّكَ سَلٰمٌ عَلٰى نُوْحٍ فِي الْعٰلَمِيْنَ. اِنَّا كَذٰلِكَ نَجْزِي الْمُحْسِنِيْنَ

بری عادت سے چھٹکارا پانے کیلئے

اگر کوئی شخص بری عادات اور گناہ و معصیت میں بری طرح پھنس جائے اور چھٹکارہ پانے کی کوئی صورت نظر نہ آتی ہو تو اسے چاہیے کہ اس درود شریف کو روزانہ ۱۲۱ مرتبہ پڑھا کرے یا لکھ کر پلایا جائے یا تعویذ بنا کر دیا جائے ان شاء اللہ بری عادات سے چھٹکارہ مل جائے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلِّمْ كَثِيْرًا تَسْلِيْمًا طَيِّبًا مُّبَارَكًا فِيْهِ جَزِيْلًا دَائِمًا • بِدَوَامِ مُلْكِ اللّٰهِ

تمام امراض چشم سے شفاء کیلئے

یہ درود شریف تمام امراض چشم مثلاً پھولا، دھند، آشوب وسرخی، درد اور ضربان وغیرہ کیلئے اکسیر ہے۔ چنبیلی کے تازہ پھول یا خشک شدہ ۱۳ عدد لیکر ان پر ۲۱ یا ۴۱ مرتبہ دم کر کے ان کو آنکھوں پر ملتا رہے ان شاء اللہ شفاء ہوگی۔

اگر کوئی ہر نماز کے بعد ایک مرتبہ روزانہ اس درود پاک کو پڑھتا رہے تو وہ ہمیشہ آنکھوں کی بیماری سے محفوظ رہے گا اور اگر کسی کے اہل و عیال نیکی کے راستے پر گامزن نہ ہوئے ہوں یا فرمانبرداری نہ کرتے ہوں تو اس درود شریف کو ہر جمعرات بعد از نماز عشاء ایک سو مرتبہ گیارہ جمعرات تک پڑھے تو ان کی اصلاح ہو جائے گی ان شاء اللہ۔ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ نُوْرِ الْاَنْوَارِ وَسِرِّ الْاَسْرَارِ وَسَيِّدِ الْاَبْرَارِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَصَحْبِهِ الْمُنَوَّرِيْنَ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ. اَللّٰهُمَّ نَوِّرْ بِهَا سَرِيْرَتِيْ وَبَصَرِيْ وَبَصِيْرَتِيْ وَدُنْيَايَ وَاَهْلِيْ وَعِيَالِيْ اِلٰى يَوْمِ الْقِيٰمَةِ.

چنبل اور لاعلاج پھوڑے کے واسطے

اگر کوئی مومن مندرجہ ذیل درود شریف کو ایک ہزار مرتبہ پڑھ کر اسے پاک مٹی کے ڈھیلے یا پتھر پر پھونک کر چنبل یا اسی قسم کے لاعلاج پھوڑے پر لگا دے تو درود پاک کی برکت سے اسے شفاء حاصل ہوگی۔ اس میں صاف عقیدہ، صدق و یقین اور اجازت ضروری چیزیں ہیں۔ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰى اٰلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ بِعَدَدِ كُلِّ ذَرَّةٍ مِّائَةَ اَلْفِ اَلْفِ مَرَّةٍ ۔

بخار یا سفر میں پیاس کی شدت کم کرنے کیلئے

امام عارف باللہ حضرت شیخ عبدالغنی النابلسی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ نبی اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر صلوٰۃ و سلام کی تکرار بخار وغیرہ میں پیاس کے غلبہ کو زائل کر دیتی ہے۔ حج کے راستے میں پانی کی عدم موجودگی میں اسے بارہا آزمایا گیا اور بہت سے لوگوں نے اس سے استفادہ کیا۔ قیامت کی گرمی میں بھی یہ درود شریف پیاس کی کفایت کرے گا ان شاء اللہ۔ درود شریف یہ ہے۔

اَلصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ خَيْرِ الْاَنَامِ
اَلصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدِنِ الْمَبْعُوْثِ اِلَيْنَا بِالْحَقِّ الْمُبِيْنِ ۔ اَلصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ عَلٰى سَيِّدِنَا مُحَمَّدِنِ الْاُمِّيِّ الْاَمِيْنِ ۔ اَفْضَلُ الصَّلَوَاتِ وَاَشْرَفُ التَّسْلِيْمَاتِ عَلَى النَّبِيِّ الصَّادِقِ وَالرَّسُوْلِ الْمُؤَيَّدِ بِاَسْرَارِ الْحَقَائِقِ وَاَفْضَالِ ذٰلِكَ ۔

پیشاب کی بندش کا علاج

ایک شخص کو پیشاب کی بندش کا عارضہ لاحق ہو گیا۔ جب وہ علاج معالجہ سے عاجز آ گیا تو اس نے عارف باللہ شیخ شہاب الدین ابن ارسلان رحمۃ اللہ علیہ کو خواب میں دیکھا تو ان کی خدمت میں اس عارضہ کی شکایت کی آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا ارے اللہ کے بندے تو تریاق مجرب کو چھوڑ کر کہاں بھاگا پھرتا ہے۔ یہ درود شریف پڑھا کر۔ جب وہ بیدار ہوا تو اس نے اس درود شریف کی کثرت کی تو اللہ تعالیٰ نے اسے شفاء دی۔

وہ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُلُوْبِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى جَسَدِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْاَجْسَادِ وَصَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِي الْقُبُوْرِ ۔

غصہ کے وقت درود شریف پڑھنا......!!!

غصہ ایک فطری عمل ہے ایک حد میں رہے تو نقصان نہیں لیکن حد سے بڑھ جائے تو دین اور دنیا کا نقصان ہوتا ہے۔ علمائے کرام نے فرمایا ہے کہ جب آدمی کو غصہ آ رہا ہو اور اندیشہ ہو کہ غصہ میں کہیں آپے سے باہر ہو کر کوئی کام شریعت کے خلاف نہ ہو جائے یا کہیں زیادتی نہ ہو جائے یا غصہ میں کہیں مار پیٹ تک نوبت نہ پہنچ جائے اس وقت غصہ کی حالت میں درود شریف پڑھ لینا چاہیے۔ درود شریف پڑھنے سے ان شاء اللہ تعالیٰ غصہ ٹھنڈا ہو جائے گا' وہ غصہ قابو سے باہر نہ ہوگا۔

عرب کے لوگوں میں آج تک یہ روایت چلی آ رہی ہے کہ جہاں کہیں دو آدمیوں میں کوئی تکرار اور لڑائی کی نوبت آ گئی تو فوراً اس وقت ان میں کوئی یا کوئی تیسرا آدمی ان سے کہتا ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم پر درود بھیجو اس کے جواب میں دوسرا آدمی درود شریف پڑھنا شروع کر دیتا ہے بس اسی وقت لڑائی ختم ہو جاتی ہے۔ دونوں فریق ٹھنڈے پڑ جاتے ہیں اور دونوں کا غصہ ختم ہو جاتا ہے۔

درحقیقت علمائے کرام کی تلقین کا نتیجہ ہے کہ غصہ کو ٹھنڈا کرنے کیلئے درود شریف بہت مفید ہے اس لیے اس کو ہمیں اپنے درمیان رواج دینے کی ضرورت ہے۔

(قاری مظہر حسین' منڈی جہانیاں)

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ پھلت)

پھر رزق کیلئے بے صبری کیوں؟

اس واقعہ کو آج بیس سال ہو گئے ہیں حاجی صاحب صحت و عافیت کے ساتھ سلامت ہیں۔ مگر ہر روز کئی بار یہ سوچتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کیسے رزاق ہیں چاول کا ایک دانہ حرم پر بیٹھی ہوئی چڑیا تک پہنچانے کیلئے اللہ تعالیٰ نے کیسا انتظام فرمایا

ایک صاحب کو بریانی کھاتے وقت ان کو اچھولگا' سانس رک گیا' گھر والوں نے گردن سہلائی' پانی پلایا' خدا خدا کر کے سانس آیا چاول دماغ کی طرف چڑھ گئے تھے۔ دو تین روز کے بعد ان کو سر بھاری سا محسوس ہونا شروع ہوا اور رفتہ رفتہ تکلیف بڑھتی گئی سر میں درد ہونے لگا اور وہ درد روز بروز شدید ہوتا گیا بہت علاج کیا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوتا تھا۔ ڈاکٹروں نے بہت سے ٹیسٹ کرائے دماغ کی جانچ ہوئی مگر مرض سمجھ میں نہیں آتا تھا درد کی شدت سے نیند نہیں آتی تھی بے خوابی کی وجہ سے پورے جسم پر اثر پڑا' کمزوری بڑھتی گئی:

مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی

صحت سے مایوسی ہونی شروع ہو گئی اور کچھ دنوں میں زندگی سے بھی مایوسی ہو گئی' عزیزوں اور رشتے داروں کا عیادت کیلئے تانتا بندھنے لگا۔ جمعہ کی نماز میں امام صاحب حج کی فضیلت اور فرضیت پر تقریر کر رہے تھے ان کو خیال ہوا کہ موت قریب ہے حج فرض ہے چلو حج کر لیں' تا کہ موت کی تیاری ہو۔ حج کی درخواست دے دی نام بھی آ گیا' خیال تھا کہ زندگی کا تو بھروسہ نہیں رہا ذرا جلدی چلیں تا کہ حرمین شریفین میں خوب اطمینان سے رہیں اور زندگی بھر کے اپنے گناہوں کی جی بھر کے معافی مانگ لیں۔ اللہ کے فضل سے حجاز مقدس پہنچے۔ جا کر عمرہ کیا زندگی کی تو کوئی امید باقی نہیں رہی تھی کہ اس حال میں بھی صحت کی دعا جاری تھی۔ کمزوری حد درجہ تھی بھیڑ میں طواف مشکل تھا اس لیے آہستہ آہستہ بیت اللہ سے ذرا دور خالی جگہ میں طواف کرتے تھے اور ایسے وقت طواف کرتے جب حرم میں بھیڑ کم ہو۔ چلچلاتی دھوپ میں ایک روز طواف کر رہے تھے مطاف بالکل گویا خالی تھا۔ اچانک ایک چھینک آئی اور چھینک کے ساتھ ناک سے ایک چاول نکل کر مطاف میں گرا' بیت اللہ کی دیوار پر ایک چڑیا بیٹھی ہوئی تھی جو گویا اس چاول کے انتظار میں تھی پھر سے آئی اور مطاف سے چاول کا دانا چونچ میں دبا کر پھر سے اڑ گئی۔ اس چاول کا نکلنا تھا کہ سر بالکل ہلکا ہو گیا اور درد تو گویا تھا ہی نہیں' درد ختم ہوا تو نیند بھی معمول پر آ گئی اور بھوک اور ہاضمہ سب شروع ہو گیا اور چین سے واپس میرٹھ آ گئے۔

اس واقعہ کو آج بیس سال ہو گئے ہیں حاجی صاحب صحت و عافیت کے ساتھ سلامت ہیں۔ مگر ہر روز کئی بار یہ سوچتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ کیسے رزاق ہیں چاول کا ایک دانہ حرم پر بیٹھی ہوئی چڑیا تک پہنچانے کیلئے اللہ تعالیٰ نے کیسا انتظام فرمایا کہ ان کے سر میں دو سال تک اس کو محفوظ رکھا اور ہندوستان کے شہر میرٹھ سے کس طرح اس کو حجاز پہنچایا۔

اس لیے کہ "اور کوئی جانور روئے زمین پر ایسا نہیں جس کی روزی اللہ کے ذمہ نہ ہو" (ھود 6) کیسی صحیح بات فرمائی "قسم ہے آسمان و زمین کے پروردگار کی کہ وہ برحق ہے جیسا تم باتیں کرتے ہو اور تمہارا رزق جو تم سے وعدہ کیا جاتا ہے وہ آسمان میں ہے۔" نہ جانے کیوں انسان ایسے پیارے رازق و رزاق کے وعدہ رزق پر بھروسہ کرنے کے بجائے بے صبری سے حلال اور حرام کی تمیز کے بغیر ہوس میں مبتلا رہتا ہے۔

مسافران آخرت

ڈاکٹر رشید حسین کریمی کی اہلیہ محترمہ جو بہت نیک اور صالح خاتون تھیں انتقال فرما گئی ہیں۔

مولانا عبدالباسط' ڈیرہ اسماعیل خان کے رشتہ دار قضائے الٰہی سے انتقال فرما گئے ہیں۔ قارئین سے ایصال ثواب کی درخواست ہے۔

تمام شیطانی چیزیں ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! حکیم صاحب میرا نام سلمیٰ ہے میرے میاں کا نام محمد ندیم شہزاد ہے۔ حکیم صاحب میرے خاندان پر شیطانی چیزوں کا سایہ تھا۔ میں اسی سلسلے میں آپ کے پاس حاضر ہوئی تھی۔ آپ نے مجھے یَا حَیُّ یَا قَیُّوْمُ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ پڑھنے کو دیا تھا اس وظیفے کی برکتوں اور رحمتوں سے اللہ نے میرے خاندان پر سے تمام شیطانی چیزوں کو ختم کر دیا ہے اب وہ آپ کے مرید ہیں۔ اللہ نے میری دلی خواہش پوری کر دی ہے میرے خاندان اب دین پر چلنے لگے ہیں۔ اب میرے لیے دعا کریں۔ اللہ میری اولاد کو بھی نیک بنائے اور دین پر چلائے۔ (سلمیٰ ندیم، لاہور)

(بقیہ: جوس تھراپی اور مصر سے تجربات)

ایسی خواتین جو دل و دماغ کی کمزوری کو دور کرنا چاہتی ہیں یا جو خواتین اپنے چہرے کے حسن کو مزید نکھارنا یا پھر حسین ہونا چاہتی ہیں وہ چاہتی ہیں کہ ہمارا جسم بھی بوڑھا نہ ہو طبیعت ہر وقت پرسکون اور نہایت مطمئن رہے۔ جھریاں اور کمزوری قریب نہ آئے اعصاب اور کمر مضبوط ہو۔ نسوانی پرانی تکالیف ختم ہو جائیں خاص طور پر لیکوریا اور اندرونی سوزش وغیرہ ایسی تمام خواتین یہ جوس تھراپی استعمال کریں۔

ایک خاتون وقت سے پہلے بڑھاپے کی طرف مائل ہو گئیں گھر میں شوہر شوقین مزاج تھے۔ انہوں نے روز روز جھگڑا شروع کر دیا آخر ایک دن گھر سے نکال دیا۔ وہ خاتون میرے پاس وظیفہ لینے آئی میں نے اس کے حالات سن کر اسے وظیفہ دیا اور ساتھ یہ جوس تھراپی بتائی کہ نہایت توجہ سے کرنا شروع کر دیں۔ اس خاتون نے پر اعتماد طریقے سے یہ طریقہ شروع کیا چند ہی ہفتوں میں اثر ہوا اور چند ہی ماہ میں وہ پہچانی نہیں جاتی تھی کہ کیا یہ بھی وہی ہے۔ آخر میاں خود منا کر لے گیا۔ حتیٰ کہ گھر والوں نے جب مطالبہ کیا کہ ہمیں اس کا ساتھ خرچہ بھی چاہیے تو میاں نے خرچہ بھی دیا۔

قارئین! آج کل جوس تھراپی کا دور ہے پھر آپ کو ایسے جوس اور قدرتی جوس سے مستفید کیا ہے پانی زمین کا جوس' شہد پھلوں اور پھولوں کا جوس' کھجور درختوں اور ہریالی کا جوس۔ کیا خیال ہے آپ کا ہمارا یہ تحفہ پسند آیا۔ آزمائیں اور دعائیں دیں۔

(بقیہ: چار سوال چار جواب)

کی عمر اپنے بھائی سے چھوٹی ہوئی اور حضرت عزیر علیہ السلام کی عمر سو سال بڑی ہوئی **دوسرا جواب:** وہ زمین سمندر کی کھاڑی قلزم کی تہہ ہے کہ جہاں فرعون مردود غرق ہوا تھا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام کے معجزے سے دریا خشک ہوا تھا۔ حکم الٰہی سے سورج نے بہت جلد سکھایا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام مع اپنی قوم بنی اسرائیل پار چلے گئے اور جب فرعون اور اس کا لشکر داخل ہوا تو وہ غرق ہو گیا اس زمین پر سورج ایک دفعہ لگا پھر قیامت تک کبھی نہ لگے گا **تیسرا جواب:** جس قیدی کو قید خانہ میں سانس لینے کی اجازت نہیں اور وہ بغیر سانس لیے زندہ رہتا ہے وہ بچہ ہے جو اپنی ماں کے شکم میں قید ہے۔ خدا تعالیٰ نے اس کے سانس لینے کا ذکر نہیں کیا ورنہ وہ سانس لیتا ہے۔ **چوتھا جواب:** وہ قبر جس کا مردہ بھی زندہ اور قبر بھی زندہ۔ وہ مردہ حضرت یونس علیہ السلام تھے اور ان کی قبر مچھلی تھی جو ان کو پیٹ میں رکھے جگہ جگہ پھرتی تھی یعنی سیر کراتی تھی۔ حضرت یونس علیہ السلام اللہ کے حکم سے مچھلی کے پیٹ سے باہر آ کر عرصہ تک حیات رہے پھر وفات پائی۔

پانی سے قبض ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! عبقری میں ایک دفعہ پانی پینے کا نسخہ چھپا تھا اس میں بتایا گیا تھا کہ کھانے سے پہلے چار گلاس اور صبح نہار منہ چار گلاس پانی سے قبض دور ہوتا ہے۔ یہ طریقہ بالکل درست ہے مجھے عرصہ دراز سے قبض کی بیماری تھی۔ میں نے ہر طرح کا علاج کروایا لیکن میری قبض ٹھیک نہیں ہوئی۔ میں نے جب اس طرح پانی پینا شروع کیا تو صرف ایک ماہ کے اندر اندر ہی میری قبض ٹھیک ہو گئی۔ میں نے اور لوگوں کو بھی بتایا ان کو بھی فائدہ ہوا ہے۔ (نثار محمد، پشاور)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

60

ماہنامہ عبقری لاہور

جون 2011ء بمطابق رجب المرجب 1432 ہجری

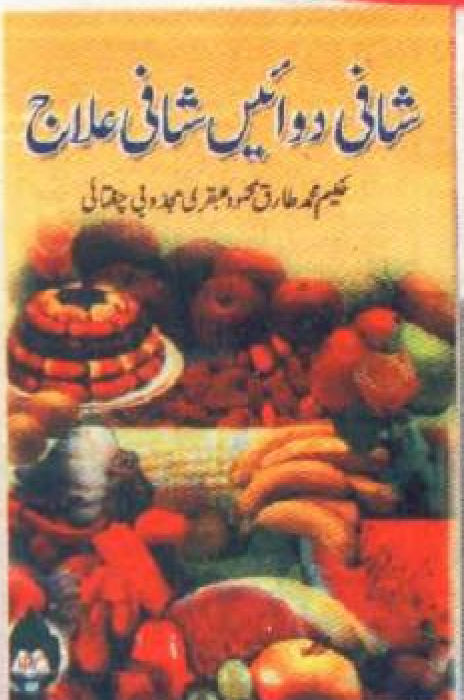
گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- درود شریف سے اندھیرا اجالے میں بدلیں
- رجب المرجب کی برکات اور وظائف
- اذان اور مسنون دُعا کے غیبی اثرات
- اعصاب اور مردانہ طاقت کے لیے
- موسم گرما بیماریاں اور احتیاطی تدابیر
- گردے بچ گئے ہیپاٹائٹس ختم ہوگئی
- نماز سے ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی تک
- رزق میں وسعت اور برکت کیلئے
- یادداشت لوٹ آئی عینک اتر گئی
- سانولی رنگت اور حسن میں نکھار
- کچے اور پکے آم کے فائدے
- انوکھا کردار نامعلوم شخص



رازوں کا ایسا سنہری صندوق جو لاعلاج بیماری کے دروازے بند کردے اور شفاء کو اتنا قریب کے گمان سے بالاتر

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ
0343-8710009 تفصیلات اندر پڑھیں

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا شیڈول

گلگت
25 جون 2011ء
رابطہ نمبر: 0323-7007438

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)
اکتوبر 2011ء (درس)

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ اشرفی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر **12** جلد نمبر **5** جون 2011ء بمطابق رجب المرجب 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

جون 2011ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی) (امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے، بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری اور حکیم صاحب سے فوری رابطہ کیلئے

الحمدللہ! دفتر ہذا میں عوام کی سہولت کیلئے آٹومیٹک ٹیلیفون ایکسچینج لگا دی گئی ہے۔ ٹیلیفون نمبر ملانے کے بعد متعلقہ ایکسٹینشن نمبر ڈائل کریں۔ ایکسٹینشن نمبرز کی ترتیب یہ ہے:۔

1۔ تمام ایجنسی ہولڈرز اپنے معاملات کیلئے ایکسٹینشن نمبر 12 ڈائل کریں۔

2۔ حکیم صاحب سے ملاقات کا وقت حاصل کرنے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 13 ڈائل کریں۔

3۔ اپنا آرڈر بک کروانے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 15 ڈائل کریں۔

4۔ اپنے آرڈر سے متعلقہ شکایات کے سلسلے میں ایکسٹینشن نمبر 16 ڈائل کریں۔

5۔ مطلوبہ ایکسٹینشن مصروف ہونے کی صورت میں آپریٹر کا انتظار کریں۔

ٹیلی فون نمبرز: **042-37552384,37597605,37586453**

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: **RP/6237/L/S/10/1534**

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر ہمیں مطلع کریں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

ضروری اطلاع:

حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر **042-37552384,37597605,37586453** پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

خط و کتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" "مرکز روحانیت وامن" 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس **042-37552384,37597605,37586453**

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: **0322-4688313**

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

محمد طارق محمود نے ... سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

جسم کے ہر جوڑ کا صدقہ

حضرت معاذ بن انس جہنی رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو شخص فجر کی نماز سے فارغ ہو کر اسی جگہ بیٹھا رہتا ہے، خیر کے علاوہ کوئی بات نہیں کرتا پھر دو رکعت اشراق کی نماز پڑھتا ہے اس کے گناہ معاف ہو جاتے ہیں چاہے وہ سمندر کے جھاگ سے زیادہ ہی ہوں۔ **(ابوداؤد)**

حضرت ابوذر رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: تم میں سے ہر شخص کے ذمہ اس کے جسم کے ایک ایک جوڑ کی سلامتی کے شکرانے میں روزانہ صبح کو ایک صدقہ ہوتا ہے۔ ہر بار سُبْحَانَ اللّٰهِ کہنا صدقہ ہے۔ ہر بار اَلْحَمْدُلِلّٰهِ کہنا صدقہ ہے۔ ہر بار لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ کہنا صدقہ ہے۔ ہر بار اَللّٰهُ اَكْبَرُ کہنا صدقہ ہے، بھلائی کا حکم کرنا صدقہ ہے، برائی سے روکنا صدقہ ہے اور ہر جوڑ کے شکر کی ادائیگی کیلئے چاشت کے وقت دو رکعتیں پڑھنا کافی ہو جاتی ہیں۔ **(مسلم)**

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ اس شخص پر رحمت فرمائیں جو رات کو اٹھ کر تہجد پڑھے پھر اپنی بیوی کو بھی جگائے اور وہ بھی نماز پڑھے اور اگر (نیند کے غلبہ کی وجہ سے) وہ نہ اٹھی تو اس کے منہ پر پانی کا ہلکا سا چھینٹا دے کر جگا دے اور اسی طرح اللہ تعالیٰ اس عورت پر رحمت فرمائیں جو رات کو اٹھ کر تہجد پڑھے پھر اپنے شوہر کو جگائے اور وہ بھی نماز پڑھے اور اگر وہ نہ اٹھے تو اس کے منہ پر پانی کا ہلکا سا چھینٹا دے کر اٹھا دے۔ **(نسائی)** (اس حدیث کا تعلق ان میاں بیوی سے ہے جو تہجد کا شوق رکھتے ہوں اور اس طرح اُٹھانا ان کے درمیان ناگواری کا سبب نہ ہو۔)

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ ایک بار نبی کریم ﷺ نے حضرت بلال رضی اللہ عنہٗ سے فجر کی نماز کے وقت دریافت فرمایا: بلال! (رضی اللہ عنہٗ) اسلام لانے کے بعد اپنا وہ عمل بتاؤ جس سے تمہیں ثواب کی سب سے زیادہ امید ہو کیونکہ میں نے جنت میں اپنے آگے آگے تمہارے جوتوں کی آہٹ رات خواب میں سنی ہے۔ حضرت بلال رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا کہ مجھے اپنے اعمال میں سب سے زیادہ امید جس عمل سے ہے وہ یہ ہے کہ میں نے رات یا دن میں جب کسی وقت بھی وضو کیا ہے تو اس وضو سے اتنی نماز (تحية الوضوء) ضرور پڑھی ہے جتنی مجھے اللہ تعالیٰ کی طرف سے اس وقت توفیق ملی۔ **(بخاری)**

ایڈیٹر کے قلم سے

یَامُعِیْدُ یَاجَامِعُ کا فائدہ

جو میں نے دیکھا' سنا اور سوچا

سندھ کے ایک دوست کا مال گم ہو گیا میں نے انہیں بکثرت یَامُعِیْدُ یَاجَامِعُ پڑھنے کا بتایا' سارا گھر دن رات صرف اور صرف یہی وظیفہ بکثرت پڑھتا رہا اتنا اعلیٰ رزلٹ ملا کہ سب گمشدہ سرمایۂ مال اور چیزیں مل گئیں۔ اس طرح ایک دوست کی لاہور میں گاڑی چوری ہو گئی انہیں یَامُعِیْدُ یَاجَامِعُ بکثرت پڑھنے کو بتایا دن رات' سارے گھر والے ہر حالت میں پڑھتے رہے اور مستقل پڑھتے رہے۔ اللہ تعالیٰ کا کرنا کہ تھوڑے ہی عرصے میں گاڑی مل گئی۔

روحانی عنایات

بندہ نے ایک شخص کو کچھ روحانی عنایات کیں پھر اس شخص نے ان عنایات کے کمالات اور تاثیرات بتائیں جو آپ حضرات کی خدمت میں عرض کرتا ہوں۔ ایک اس کو درود تنجینا کی اجازت دی کہنے لگے سب گھر خالی ہو گیا' سب کچھ برباد ہو گیا ہر طرف قرض اور فاقوں نے پنجے گاڑ دیئے۔ مفلسی اور ابتلا کی کڑی دھوپ میں جلتا رہا اور کسی نہ کسی طرح سعودی عرب چلا گیا وہاں مجھ جیسے کئی سب کچھ بیچ کر سڑکوں کے چکر کاٹتے پھر رہے تھے لیکن روزگار میسر نہیں تھا میں نے درود تنجینا (بلاتعداد) پڑھنا شروع کیا اور مسلسل تین ماہ یہ درود پڑھا۔ دن رات خوب پڑھا آخر کار اللہ تعالیٰ نے غیب سے راستہ اور رزق عطا فرمایا پھر جسے بھی بتایا اس کا ایسا فائدہ ہوا کہ جس مقصد کیلئے پڑھا خوب نفع ہوا۔ دوسرا عمل سورۂ قریش مع تسمیہ (بلاتعداد) سفر میں' جب پریشانی ہوئی پڑھی' خوب نفع ہوا اور جس مقصد کیلئے گیا اس کو پڑھتا گیا' ہر کام ہو گیا۔ تیسرا روزانہ 101 بار سورۂ مزمل (ایک نشست میں) پڑھی 40 دن' 40 دن کے بعد روزانہ 11 بار مسلسل پڑھتا رہا اب حال یہ ہے جہاں ہر طرف فتوحات' برکات اور کمالات کے دروازے کھل گئے ہیں وہاں حالت بیداری میں بھی حضور اقدس ﷺ کا دیدار ہونے لگا ہے اور حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی بھی زیارت نصیب ہوئی ہے۔ ان تمام اعمال کی بندہ کی طرف سے سب کو اجازت ہے۔

درس روحانیت وامن

ماہنامہ و ادارہ درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

کثرت کی ہوس یا برکت کی تلاش: قابل احترام دوستو! ایک برکت ہے اور ایک کثرت ہے یہ دونوں چیزیں مختلف ہیں۔ ہم نے کثرت کو تو دیکھا، برکت کو نہیں دیکھا، ہمارے سامنے صرف کثرت ہے اور کثرت کسے کہتے ہیں؟ برکت کسے کہتے ہیں؟ اچھا کیسے کثرت آئے گی اس کی تدبیریں سوچیں گے کہ کیسے مال زیادہ ہو جائے؟ چیزیں زیادہ ہو جائیں؟ اسباب زیادہ ہو جائیں؟ اسے تو کثرت کہتے ہیں۔ مال' چیزیں' اسباب استعمال کریں اور کم نہ ہوں' استعمال کریں ختم نہ ہوں، یہ سب تو کثرت ہوئی تو پھر برکت کیا ہے؟ برکت کی سمجھ اس لئے نہ آئی کہ برکت پہ محنت ہی نہیں کی.......... محنت کی ہی کثرت پہ ہے تو برکت سمجھ میں نہ آئی۔

برکت کے مختلف درجات: برکت کے مراحل ہیں برکت کے درجات ہیں۔ اللہ پاک جل شانہٗ اسباب سے کام بناتے ہیں اور کبھی اللہ پاک جل شانہٗ بغیر اسباب کے کام بناتے ہیں' کبھی تھوڑی چیز سے زیادہ کام بنادیں گے یہ ایک برکت کا حصہ ہے تھوڑی چیز سے اللہ جل شانہٗ زیادہ کام بنائیں گے پھر جب انسان کا توکل، اس کا یقین، اس کی توجہ، اللہ جل شانہٗ کی طرف اور زیادہ بڑھے گی تو پھر اللہ پاک بغیر چیزوں کے کام بنائیں گے اور دعاؤں سے کام بنائیں گے پھر اسباب اختیار نہیں کرنے پڑیں گے اور بغیر اسباب کے اللہ پاک کر کے دکھا سکتے ہیں اور اللہ کر کے دکھا دیں گے۔ اللہ والوں کے واقعات ہم سنتے ہیں اور ہماری نظر میں ان کے واقعات آتے ہیں کہ بغیر اسباب کے اللہ پاک کر کے دکھاتے ہیں اور اللہ کر کے دکھا دیں گے۔ بہت سے اہل اللہ کے واقعات آتے ہیں کہ بغیر چیزوں کے ان کے کام بنے۔ اسے برکت کہتے ہیں ہم نے کثرت مانگی لیکن کبھی برکت نہ مانگی۔

برکت کا سچا متلاشی: ایک اللہ والا آدمی مفلس ہو گیا تھا، اللہ سے مانگتا بھی رہا کوشش بھی کرتا رہا۔ پھر بھی کوئی روزگار کے اسباب نہ بنے اس نے خواب میں دیکھا کہ درخت کے نیچے دس درہم پڑے ہیں۔ کسی کہنے والے نے کہا: جا کر نکال لو تو کہنے لگا: وہ جو درہم ہیں برکت والے ہیں؟ کہا نہیں برکت والے نہیں ہیں' وہ بیوی سے کہنے لگا: ایسے ایسے خواب دیکھا ہے اس کی بیوی نے کہا: تو برکت ڈھونڈ رہا ہے بچے بھوکے مر رہے ہیں نکال کر لے آتا کہ کچھ دنوں کا گزارا تو ہو جائے گا۔ کہنے لگا میں نہیں نکالتا۔ بس بات چلی کچھ تکرار ہوئی اور خاموش ہو گئے۔ دوسری بار خواب میں آیا کہ پانچ درہم پڑے ہیں، درخت کے نیچے سے نکال لو۔ پوچھا: برکت والے ہیں؟ کہا نہیں برکت والے تو نہیں ہیں۔ پھر بیوی سے کہا۔ بیوی نے کہا چلو کچھ نہ کچھ گزارا ہو جائے گا پانچ ہی نکال کر لے آ اس نے کہا نہیں برکت والے نہیں ہیں۔

تیسری بار پھر خواب میں دیکھا کہ دو درہم پڑے ہیں پوچھا کہ برکت والے ہیں؟ کہا ہاں! برکت والے ہیں بیوی سے کہا: بولی نکال کر لے آ برکت کو دیکھتا ہے۔ دو درہم سے کیا کام بنے گا تو نکال کر خود ہی کھا۔ وہ گیا اور درخت کو کھودا اور پیڑ کی جڑ سے وہ نکال کے لے آیا جب وہ نکال کر لے آیا تو سوچنے لگا کیا لوں؟ وہ گھر میں مچھلی لے آیا اور مچھلی سے موتی نکلے' بڑے قیمتی، لعل وجواہر، وہ جوہری کے پاس لے کر گیا جوہری کہنے لگا بہت قیمتی ہیں، ہم اس کی قیمت ادا نہیں کر سکتے بادشاہ کے پاس لے کر گیا، بادشاہ نے کہا قیمت تو ادا نہیں کر سکتا لیکن 80 خچر سونے کے بھر لے میرے خزانے میں سے۔

ہم نے خدا سے کیا مانگا: ہم نے برکت نہیں مانگی، ہم نے کثرت مانگی ہے، کثرت مل جاتی ہے، چین نکل جاتا ہے، کثرت مل جاتی ہے، چین اڑ جاتا ہے، جب برکت آئے گی، تب چین بھی ہوگا، سکون بھی ہوگا، پھر عافیت بھی ہوگی اور پھر اللہ کے خزانے اس کی طرف کھلیں گے اور یاد رکھئے گا جب برکت آتی ہے پھر اللہ جل شانہٗ نسلوں تک خزانوں کو کھول لیتے ہیں۔

امت کی فکر برکتوں کا ذریعہ: فرمایا کہ جو آدمی لوگوں کی آخرت کی فکر کرتا ہے اپنی آخرت کے ساتھ امت کی آخرت کی فکر کرتا ہے اللہ جل شانہٗ اس کی سات نسلوں کو معاف کرتے ہیں' چودہ نسلوں کو معاف کرتے ہیں جو لوگوں کی آخرت کی فکر کرتا۔ حدیث کا مفہوم ہے سرورکونین ﷺ نے فرمایا "جو 25 یا 27 دفعہ پڑھے گا "اَللّٰھُمَّ اغْفِرْلِیْ وَ لِلْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَالْمُسْلِمِیْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ" اللہ پاک اس کے ذریعے سے لوگوں کو رزق دینگے اور اللہ پاک اس کو مستجاب الدعوات بنادیں گے جو دعا مانگے گا اسی وقت قبول ہوگی"۔ یہ دعا پڑھنے والا شخص اصل میں لوگوں کی آخرت کی فکر کرتا ہے امت کو جہنم کی آگ سے بچاتا ہے۔ اس جہنم کی آگ سے جس کا ایندھن انسان اور پتھر ہوں گے "وَقُوْدُھَا النَّاسُ وَالْحِجَارَۃُ" اور اس سے بچانے کے لئے درد اور غم اٹھاتا ہے اور راتوں کو اٹھ کے روتا ہے اور دن کو ان کے لئے پریشان ہوتا ہے اور مارا مارا پھرتا ہے۔ اللہ جل شانہٗ کے ہاں اس کی بڑی قیمت ہے اور اس کی پہلی قیمت یہ لگتی ہے کہ اللہ اس کے لئے برکتوں کے دروازے کھول دیتا ہے رحمتوں اور عافیتوں کے دروازے کھول دیتا ہے۔

برکت کے لیے برکت والی احادیث: میرے دوستو! ہم یہ دیکھیں کہ برکت والے اعمال کون سے ہیں۔ برکت والی تسبیحات کونسی ہیں اور برکت والے سجدے کون سے ہیں، جن سجدوں میں، جن اعمال میں، جن تسبیحات میں، اللہ جل شانہٗ کی رحمت ہماری طرف متوجہ ہو جائے، کونسے اعمال ایسے ہیں، جن سے برکت آئے گی۔ ایک صحابی رضی اللہ عنہ نے عرض کیا یا رسول ﷺ فقر و فاقہ اور غربت بہت زیادہ ہے تو سرورکونین ﷺ نے فرمایا (مفہوم ہے) ''ہر وقت باوضو رہا کرو اس نے ہر وقت باوضو رہنا شروع کر دیا اور کچھ عرصہ بعد عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ واقعی اللہ نے برکت ڈال دی ہے' اتنا دیا ہے کہ اب تو پڑوسیوں کو بھی دیتا ہوں' وضو کا رزق سے کیا تعلق ہے' ٹھنڈے دل سے بیٹھ کے سوچیں! بس تعلق یہ ہے کہ وہ ایک حکم ہے عمل ہے برکت والا' ان صحابی رضی اللہ عنہ نے وہ عمل پورا کیا وہ حکم پورا کیا اللہ نے اپنے حکم کے پورا ہونے پہ برکت کے دروازے کھول دیے۔ **(جاری ہے)**

درس سے پانے والے

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم! جب سے اللہ کی توفیق سے تسبیح خانہ پر جمعرات کو آنا شروع کیا میری زندگی کے روحانی وجسمانی حالات بدلنا شروع ہو گئے ہیں۔ آپ جیسے نیک انسان سے رابطہ میں رہنے سے بہت سے مسائل کا حل اللہ کے ذکر سے مل گیا۔ قرآن پہلے بھی پڑھا کرتا تھا مگر اب پڑھ کر عمل کرنے لگا ہوں۔ نماز پہلے بھی پڑھتا تھا مگر اب نماز میں خشوع وخضوع قائم رکھنے کی کوشش کرتا ہوں۔ صبح وشام اللہ کے ذکر سے اور درود شریف سے زبان معطر رہتی ہے۔ الحمدللہ! **(محمد عرفان' لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

عمیر شاہد' سیالکوٹ

ایمان والوں کے ایمان افروز تذکرے

میں نے مسلمانوں میں صرف ایک رات گزاری ہے' بخدا میں نے تو ان میں سے کسی کو کچھ کھاتے نہیں دیکھا' البتہ میں نے انہیں شام کو سوتے وقت اور صبح سے کچھ دیر پہلے کچھ لکڑیاں چوستے ہوئے دیکھا ہے

آگ کی تابعداری

ایک دن مدینہ کے ایک پتھریلے پہاڑ میں آگ ظاہر ہوئی' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے آ کر حضرت تمیم داری رضی اللہ عنہ سے کہا ''اٹھو اور اس آگ کے بجھانے کا انتظام کرو'' حضرت تمیم داری رضی اللہ عنہ نے کہا ''اے امیر المومنینؓ! میں کون ہوتا ہوں؟ اور میری کیا حیثیت ہے؟'' لیکن حضرت عمرؓ اصرار فرماتے رہے جس پر وہ حضرت عمرؓ کے ساتھ چل دیئے وہ دونوں حضرات آگ کے پاس گئے اور وہاں جا کر حضرت تمیم داری رضی اللہ عنہ اپنے ہاتھ سے آگ کو پیچھے کی طرف دھکیلنے لگے' یہاں تک کہ آگ گھاٹی میں اس جگہ واپس داخل ہو گئی جہاں سے نکلی تھی' آگ کے پیچھے حضرت تمیم داری رضی اللہ عنہ بھی اندر داخل ہو گئے اور حضرت عمرؓ فرما رہے تھے ''(یہ ایمانی منظر) دیکھنے والا اور نہ دیکھنے والا برابر نہیں ہو سکتے۔''

بارش کی دعا اور اس کی قبولیت

ایک مرتبہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے زمانہ میں بڑا سخت قحط پڑا تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ لوگوں کو لے کر شہر سے باہر گئے اور انہیں دو رکعت نماز استسقاء پڑھائی اور اپنی چادر کے دونوں کناروں کو بدلا' دائیں کو بائیں اور بائیں کو دائیں طرف کر دیا' پھر اپنے دونوں ہاتھ پھیلا کر یہ دعا کی:

''اے اللہ! ہم تجھ سے معافی مانگتے ہیں اور تجھ سے بارش مانگتے ہیں۔''

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے اس جگہ سے ہٹنے سے پہلے بارش شروع ہو گئی اور خوب بارش ہوئی' کچھ دنوں کے بعد دیہاتی لوگوں نے آ کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی خدمت میں عرض کی ''اے امیر المومنینؓ! فلاں دن فلاں وقت ہم اپنے کھیتوں اور جنگلوں میں تھے کہ اچانک بادل ہمارے سروں پر آ گئے' ہم نے ان میں سے یہ آواز سنی' اے ابوحفص! آپ کے پاس مدد آ گئی' اے ابوحفص! آپ کے پاس مدد آ گئی۔ (ابوحفص حضرت عمرؓ کی کنیت ہے)

رستم پر حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا خوف

جب رستم نے نجف میں پڑاؤ ڈالا تو اس نے نجف سے ایک جاسوس مسلمانوں میں بھیجا جو قادسیہ جا کر مسلمانوں میں اس طرح شامل ہو گیا جیسے کہ ان ہی میں سے تھا اور اب واپس آیا ہے اس نے دیکھا کہ مسلمان ہر نماز کیلئے مسواک کرتے ہیں پھر سب مل کر نماز پڑھتے ہیں اور نماز کے بعد سب اپنی قیام گاہوں میں چلے جاتے ہیں پھر اس جاسوس نے واپس آ کر سارے حالات رستم اور اس کے ساتھیوں کو بتائے اور رستم نے بھی اس سے بہت سوالات کیے یہاں تک کہ یہ بھی پوچھا کہ یہ لوگ کیا کھاتے ہیں؟ اس جاسوس نے کہا ''میں نے مسلمانوں میں صرف ایک رات گزاری ہے' بخدا میں نے تو ان میں سے کسی کو کچھ کھاتے نہیں دیکھا' البتہ میں نے انہیں شام کو سوتے وقت اور صبح سے کچھ دیر پہلے کچھ لکڑیاں چوستے ہوئے دیکھا ہے۔''

رستم وہاں سے چل کر جب مقام حصن اور مقام عتیق کے درمیان پہنچا تو وہ صبح کی نماز کا وقت تھا' حضرت سعد رضی اللہ عنہ کے مؤذن نے صبح کی اذان دی' رستم نے دیکھا کہ اذان سنتے ہی سارے مسلمان حرکت میں آ گئے' رستم نے حکم دیا کہ اہل فارس میں اعلان کر دیا جائے کہ سب سوار ہو جائیں' ساتھیوں نے اس کی وجہ پوچھی تو رستم نے کہا ''کیا تم دیکھتے نہیں کہ اعلان ہوتے ہی تمہارا دشمن تم پر حملہ کرنے کیلئے حرکت میں آ گیا ہے؟'' اس کے جاسوس نے کہا ''یہ لوگ تو اس وقت نماز کیلئے حرکت میں آتے ہیں۔'' اس پر رستم نے فارسی زبان میں کچھ کہا جس کا ترجمہ یہ ہے آج صبح میں نے ایک غیبی آواز سنی جو حضرت عمر رضی اللہ عنہ ہی کی آواز تھی جو کہ عربوں سے باتیں کرتا ہے اور انہیں دانائی اور سمجھ سکھاتا ہے۔''

جب رستم کے لشکر نے دریا پار کر لیا تو آ کر وہاں ٹھہر گیا' اتنے میں حضرت سعد رضی اللہ عنہ کے مؤذن نے نماز کیلئے اذان دی' پھر حضرت سعد رضی اللہ عنہ نے نماز پڑھائی اور رستم نے کہا' عمر (رضی اللہ عنہ) نے میرا جگر کھا لیا ہے۔''۔ **(تاریخ الطبری 45/3)**

فتح مصر کا سبب

جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے دیکھا کہ مصر فتح ہونے میں دیر لگ رہی ہے تو انہوں نے حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کو یہ خط لکھا:

''امابعد! مجھے اس بات پر تعجب ہے کہ مصر کی فتح میں آپ لوگوں کو دیر لگ رہی ہے' آپ ان سے کئی سالوں سے لڑ رہے ہیں اور اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ آپ لوگوں نے نئے نئے کام شروع کر دیئے ہیں اور جیسے آپ لوگوں کے دشمن کو دنیا سے محبت ہے ایسے ہی آپ لوگوں کے دلوں میں بھی دنیا کی محبت آ گئی ہے اور اللہ تعالیٰ لوگوں کی مدد ان کی سچی نیت کی وجہ سے ہی کرتے ہیں' میں نے آپ کے پاس چار آدمی بھیجے ہیں اور آپ کو بتا رہا ہوں کہ میرے علم کے مطابق ان میں سے ہر آدمی ہزار آدمی کے برابر ہے' البتہ دنیا کی محبت جس نے دوسروں کو بدلا ہے وہ ان کو بھی بدل دے تو اور بات ہے' جب میرا یہ خط آپ کو ملے تو آپ لوگوں میں بیان کریں اور انہیں دشمن سے لڑنے کیلئے ابھاریں اور ان کو صبر کی اور نیت خالص کرنے کی ترغیب دیں اور ان چاروں کو سب لوگوں سے آگے رکھیں اور لوگوں سے کہیں کہ وہ سب اکٹھے مل کر ایک دم دشمن پر حملہ کریں اور یہ حملہ جمعہ کے دن زوال کے وقت کریں کیونکہ یہ ایسی گھڑی ہے جس میں رحمت نازل ہوتی ہے اور دعا قبول ہوتی ہے اور سب اللہ کے سامنے خوب گڑگڑائیں اور اس سے اپنے دشمن کے خلاف مدد مانگیں۔

جب یہ خط حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ کے پاس پہنچا تو حضرت عمرو بن العاص رضی اللہ عنہ نے لوگوں کو جمع کر کے یہ خط سنایا' پھر ان چار آدمیوں کو بلا کر لوگوں کے آگے کیا' پھر لوگوں سے کہا کہ ''وضو کر کے دو رکعت نماز پڑھیں اور پھر اللہ کی طرف متوجہ ہو کر اس سے مدد مانگیں'' چنانچہ ایسا کرنے سے اللہ تعالیٰ نے ان کیلئے مصر فتح کر دیا۔ **(حیاۃ الصحابہ ۳/۷۴۲)**

فرحانہ نازی

آپ کا بچہ روتا کیوں ہے؟؟؟

ہمارے ہاں یہاں بیار بچے کی وجہ سے جملہ اہل خانہ بھی بے آرام ہو جاتے ہیں۔شیر خواری کے زمانہ میں بچہ کامل طور پر بڑوں کا محتاج ہوتا ہے۔اس نازک دور میں اس اس کا جتنا خیال رکھیں گے اتنا ہی وہ اچھی طرح پروان چڑھے گا

ننھے بچوں کے مسائل کو صحیح طور پر سمجھنا سخت مشکل ہے کیونکہ یہاں طبیب کو مریض کا تعاون حاصل نہیں ہوتا۔اس کی چیخیں اورغوں غاں ہی سے مطلب نکالنا پڑتا ہے اور جب تک صحیح تشخیص نہ ہو جائے تب تک علاج نہیں ہوسکتا۔مرض کا ٹھیک ٹھیک تعین کرلیا جائے تو پھر اس کے سدباب کی سبیل پیدا ہو جاتی ہے۔بچوں کا دماغ اور اعصابی نظام خلط ملط ہوکر نقصان کی تلافی کرلیتے ہیں۔بچہ اپنی تکلیف کو اپنے رویئے سے بہت بعد میں ظاہر کرتا ہے۔پہلے چیخ چیخ کر اس کا اعلان کرتا ہے اس کی یہ تنبیہہ فوری توجہ چاہتی ہے۔مرض کی تشخیص جتنی جلدی ہو جائے اتنی ہی جلدی علاج ہو سکے گا۔یہ بات طبیب اور والدین دونوں ہی کے حق میں جاتی ہے کہ تکلیف کو بلاتاخیر معلوم کرلیں۔

بچے کو سردی سے بچانا اور اس کی ضرورتوں کا خیال رکھنا ضروری ہے۔بروقت دودھ پلانے اور دلجمعی سے اس کی دیکھ بھال کے معنی ہیں کہ آپ نے بچے کو بیماری سے اور خود کو پریشانی سے بچالیا۔ہمارے ہاں یہاں بیمار بچے کی وجہ سے جملہ اہل خانہ بھی بے آرام ہو جاتے ہیں۔ شیر خواری کے زمانہ میں بچہ کامل طور پر بڑوں کا محتاج ہوتا ہے۔اس نازک دور میں اس اس کا جتنا خیال رکھیں گے اتنا ہی وہ اچھی طرح پروان چڑھے گا اور اس کی دماغی صلاحیتوں پر خوشگوار اثر پڑے گا۔ہروقت رونے والا بچہ صحت گنوا بیٹھتا ہے اور مزاج میں چڑچڑاپن آجاتا ہے بچے زمین پر رینگنا اور بیٹھنا چاہتے ہیں یہ اچھی بات ہے اس طرح وہ اعضاء کو حرکت دیتے اور ورزش کرتے ہیں لیکن اس کیلئے کامل نگرانی درکار ہے ورنہ گرنے سے چوٹ لگنے کا احتمال ہے پھر ایک اور خدشہ بھی ہے بچہ زمین پر گری پڑی چیزیں منہ میں ڈال لیتا ہے اسے کیڑا مکوڑا کاٹ سکتا ہے گھر کا کوئی نہ کوئی فرد مستعدی' خلوص اور محبت سے اس کی خدمت پر مامور رہے۔

بچے کی چیخوں کی معنویت کو کسی لمحے نظر انداز نہ کریں۔بچے کو گرنے پڑنے سے چوٹ لگ جائے تو اس کی چیخ کا مطلب سمجھ میں آجاتا ہے لیکن چیخ کا یہی ایک مطلب نہیں ہوتا ہر چیخ کا الگ الگ مفہوم ہوسکتا ہے۔اطبائے مغرب چیخوں کے مطالعے سے تجویز وتشخیص کی بنیاد تیار کررہے ہیں۔ محققین کے نزدیک چیخیں ہی وہ پیمانہ ہیں جن سے بچے کی ذہنی نشوونما کا اندازہ ہوسکتا ہے۔انہوں نے جان لیا ہے کہ عہد طفولیت کے ابتدائی چند مہینوں میں علم وعرفان کی صلاحیت کیسے اور کیوں بڑھتی ہے۔اس سلسلے میں جو تحقیق ہوئی ہے اس سے غیر متوقع طور پر بیش بہا معلومات حاصل ہوئی ہیں۔اس امر کا انکشاف ہوا ہے کہ آدمی اور جانور کے بچے کا دماغ شروع ہی سے پیغام رسانی کی صلاحیت رکھتا ہے۔

سب سے پہلے ڈاکٹر بیری لیسنر نے کمپیوٹر ٹیکنالوجی سے کام لیا۔ کوئنے مالا میں اس نے چوبیس بچوں کی چیخیں ریکارڈ کیں۔ان میں نصف بچے تندرست اور نصف بیمار تھے۔ موخر الذکر فاقہ زدہ تھے۔اس نے ان کا الگ الگ تجزیہ کیا۔ چیخوں کی بلندی' اوسط لمبائی اور بعض دوسری باتیں معلوم کیں۔یہ بھی پتہ لگایا کہ بیماری یا پریشانی شروع ہوتی ہے تو بچہ کتنی دیر کے بعد چیخنا شروع کرتا ہے۔

فاقہ زدہ بچوں کی چیخوں میں کئی طرح کی بے قاعدگیاں پائی گئیں۔ایک وہ اونچی بہت تھیں۔پھر بے ربط (بے تال) طویل اور کم گہری تھیں۔ان کا درمیانی وقفہ بھی کم تھا۔تحقیق وتجزیے کے ضمن میں اگلا قدم پوری صحت سے یہ جاننا تھا کہ مختلف چیخیں مرکزی اعصابی نظام کے بارے میں کیا بتاتی ہیں کوئنے مالا سے اٹھ کر ڈاکٹر لیسنر بوسٹن آگیا اور بچوں کے ہسپتال میں کام کرنے لگا۔یہاں اس نے قبل از وقت پیدا ہونے والے ان بچوں کو لیا جو اعصابی عارضے میں مبتلا تھے یا جو ماں کے پیٹ میں پوری خوراک سے محروم رہے۔اس نے اور اس کے ہمکاروں نے جلد ہی خاص ذہنی نقائص اور مختلف چیخوں میں باہمی تعلق معلوم کرلیا۔مثلاً آواز کا صوتی اوج غیر معمولی طور پر بلند ہو تو سمجھ لیجئے کہ حلق کے پٹھوں کو قابو میں رکھنے والے ذہن کے متعلقہ حصے کو نقصان پہنچا ہے اور اگر صوتی اوج میں بہت زیادہ کمی بیشی آجائے تو حلق کے پٹھے سکڑ جاتے ہیں اور مرکزی اعصابی نظام ان کے عمل میں باقاعدگی پیدا کرنے سے قاصر رہتا ہے۔اسی طرح بچے کی چیخ معمولی اور کم وقفے کی ہو تو ہوسکتا ہے کہ اس کے پھیپھڑوں یا متعلقہ پٹھوں کی نشوونما ٹھیک نہ ہو رہی ہو۔یک صوتی چیخ ہو تو ممکن ہے بچے کے ان پٹھوں میں نقص ہو جو نالی کو کنٹرول کرتے ہیں۔یہ چیخیں خطرے کی علامت ہیں اور مرکزی اعصابی نظام کی خرابی کے بارے میں متنبہ کرتی ہیں۔

سائنسدان ان چیخوں کی جانچ پرکھ بھی کررہے ہیں جو ایسی فوری موت سے خبردار کرتی ہوں جو بچوں پر سوتے میں حملہ آور ہوں۔نیویارک یونیورسٹی کے ہسپتال میں ڈاکٹر کولٹن اور ڈاکٹر الفریڈ نے ایک ایسے بچے کی چیخ ریکارڈ کی جو بعدازاں فوری موت کا شکار ہوا۔اس چیخ کی پچ معمول سے بہت کم تھی۔بعد ازاں دو ایسے شیر خوار بھائی بہنوں کی چیخیں ریکارڈ کی جو آسانی سے فوری موت کا شکار ہوسکتے تھے ماہرین مرکزی اعصابی نظام کی ایسی بے قاعدگی کا سراغ لگانے میں منہمک ہیں جو ان عجیب وغریب چیخوں اور تنفس کے مسائل سے تعلق رکھتی ہو جس کے نتیجے میں فوری موت واقع ہوتی ہے۔

لوکی کے بیج سے پیلے یرقان کا علاج

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا ماہنامہ عبقری پانچ چھ ماہ سے میرے زیر مطالعہ ہے۔آپ کے ماہنامہ سے مجھے اور میرے گھر والوں کو بہت زیادہ فائدہ مل رہا ہے۔حکیم صاحب مجھے کچھ عرصہ پہلے پیلا یرقان ہوگیا تھا جو کہ ایک ماہ تک رہا اس دوران میں لوکی کے بیج کا دودھ (سردائی) بنا کر پیتا رہا میں بالکل ٹھیک ہوگیا۔**(محمد اکبر اسلام آباد)**

عمل آسان اور مشکل فوری حل

محمد شہزاد مجذوبی، کراچی

ان صاحب نے وظیفہ پڑھنا شروع کر دیا دو یا تین دن کے بعد اطلاع آئی کہ ان کو ایک مشہور نیوز چینل میں نوکری مل گئی ہے اور ابتدائی تنخواہ تقریباً 18000 روپے ہے۔ ان صاحب نے حضرت حکیم صاحب کا بہت شکریہ ادا کیا اور دعائیں دیں۔

آج کے اس مادی دور میں جہاں ہر طرف نفسانفسی کا عالم ہے اور ہر شخص پریشان ہے وہیں اللہ کے برگزیدہ بندے بھی مخلوق کی پریشانیوں کو دور کرنے اور انہیں اللہ کی راہ پر راغب کرنے میں اپنا بھرپور کردار ادا کر رہے ہیں۔ انہی برگزیدہ بندوں میں محترم حکیم طارق محمود صاحب بھی شامل ہیں اور شب و روز خلق خدا اور دکھی انسانیت کی خدمت کیلئے کوشاں ہیں۔ میری دعا ہے کہ اللہ پاک ان کی صحت، علم اور جان و مال میں خیر و برکتیں عطا فرمائے۔

ویسے تو حکیم صاحب کے بتائے ہوئے وظائف سے ہزارہا لوگوں کو فائدہ ہوا ہے اور آج بھی نجانے کتنے ہی لوگ فیضیاب ہو رہے ہیں اسی حوالے سے ایک دو واقعات تحریر کر رہا ہوں۔

یہ 2007ء کا واقعہ ہے کہ ایک صاحب جنہوں نے ایم اے انگلش کیا ہوا تھا کافی عرصہ سے بیروزگار تھے ان کے سات، آٹھ بہن بھائی تھے اور وہ گھر میں سب سے بڑے تھے۔ بڑی مشکل سے گزر اوقات ہوتی تھی اور اس پر ستم یہ کہ اتنی بڑی ڈگری ہونے کے باوجود روزگار نہ تھا جہاں بھی جاتے بات انٹرویو سے آگے نہ بڑھتی۔ انہوں نے ایک صاحب کے توسط سے خاکسار سے رابطہ کیا۔ میں نے تمام صورتحال حکیم صاحب کے گوش گزار کی۔ آپ نے انہیں صبح و شام 786 مرتبہ **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم** کامل توجہ اور دھیان سے پڑھنے کو کہا۔ خاکسار نے یہ وظیفہ ان تک پہنچا دیا۔

ان صاحب نے وظیفہ پڑھنا شروع کر دیا دو یا تین دن کے بعد اطلاع آئی کہ ان کو ایک مشہور نیوز چینل میں نوکری مل گئی ہے اور ابتدائی تنخواہ تقریباً 18000 روپے ہے۔ ان صاحب نے حضرت حکیم صاحب کا بہت شکریہ ادا کیا اور دعائیں دیں کہ ان کے بتائے ہوئے وظیفے سے بہت جلد ان کو روزگار مل گیا۔ حکیم صاحب نے انہیں وہ وظیفہ مزید پڑھتے رہنے کی ہدایت فرمائی۔

میں شام کو گھروں پر جا کر ٹیوشن پڑھاتا ہوں ایک مرتبہ یوں ہوا کہ مجھے ایک ٹیوشن ملی لیکن ایک مسئلہ درپیش ہوا کہ میں عشاء کی نماز باجماعت نہیں پڑھ سکتا تھا میں نے حکیم صاحب کے گوش گزار کیا آپ نے فرمایا کہ عشاء کی نماز باجماعت ہی ادا کریں اور اگر ٹیوشن چھوڑنا پڑے تو چھوڑ دیں۔ میں نے ایسا ہی کیا اور ٹیوشن چھوڑ دی۔ چند دنوں کے بعد اللہ پاک نے کرم کیا اور مجھے اس سے بھی اچھی ٹیوشن مل گئی اور اس کی آمدنی بھی تقریباً دوگنا تھی۔ یہ سب حضرت حکیم صاحب کی رہنمائی اور دعاؤں کا ثمر تھا۔

ایک اور واقعہ یاد آ رہا ہے جو کہ ایک مفتی صاحب نے سنایا کہ ایک صاحب کسی پرائیویٹ ادارے میں ملازمت کرتے تھے ان صاحب پر اللہ نے کرم فرمایا اور انہوں نے شرعی ڈاڑھی رکھ لی ان کی ڈاڑھی سے اس ادارے کے مالک خوش نہیں تھے اور وہ ان کیلئے طرح طرح کی پریشانیاں پیدا کر رہے تھے۔ آخر وہ شخص مفتی صاحب کے پاس آیا تو مفتی صاحب نے اسے نوکری چھوڑنے کا مشورہ دیا۔ ان صاحب نے نوکری چھوڑ دی۔ کچھ عرصہ بیروزگار رہے اور پریشانی بھی ہوئی لیکن پھر انہیں ایک بہت اچھی نوکری مل گئی اور اس نوکری کے اوقات پہلے والی نوکری سے کم تھے اور تنخواہ بھی زیادہ تھی۔ سچ ہے اللہ پاک اپنی راہ پر چلنے والوں کا ہاتھ کبھی نہیں چھوڑتا۔

میں کافی عرصہ سے بیروزگار تھا۔ اپنے حضرت حکیم صاحب کی خدمت میں عرض کیا آپ نے ایک عمل بتایا میں نے وہ عمل کیا تو اس کے بعد مجھے اتنی ٹیوشنز ملیں کہ میں دوپہر کو دو بجے گھر سے روانہ ہوتا تھا اور رات کو دس ساڑھے دس بجے گھر لوٹتا تھا اور اس دوران میں مسلسل ٹیوشن پڑھاتا تھا صرف نمازوں کا وقفہ ہوتا تھا اتنا مصروف ہونے کے باوجود مجھے پانچ مزید ٹیوشنز کی پیشکش ہوئی جو کہ میں نے وقت نہ ہونے کے باعث منع کر دیں۔

وہ عمل یہ ہے کہ دو رکعت نماز نفل حاجت کے پڑھیں اور ہر سجدے میں سجدے کی دعا پڑھنے کے بعد چالیس مرتبہ آیت کریمہ پڑھیں اس کے بعد گڑگڑا کر اللہ پاک سے اپنی حاجت مانگیں۔ انشاء اللہ ضرور پوری ہوگی۔ الحمدللہ میں نے جب یہ عمل اپنایا ناکام نہیں ہوا اور یہ عمل بتاتے وقت میرے حضرت صاحب نے بھی یہی فرمایا تھا کہ انہوں نے جس کو بھی یہ عمل بتایا ہے وہ ناکام نہیں ہوا بس خلوص دل اور یقین کے ساتھ اس عمل کو کریں۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 60

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت علی المرتضٰی رضی اللہ عنہ کی مذہبی رواداری

حضرت علی مرتضٰی رضی اللہ عنہ کا عہد خلافت بھی زیادہ تر پرآشوب اور پرشور رہا' ان کی خلافت کی مدت پانچ سال رہی' لڑائیوں اور بغاوتوں کی بدولت ان کو وہ سکون حاصل نہ ہو سکا جو حکمرانی کیلئے ضروری ہے مگر انہوں نے رسول اللہ ﷺ کے سایہ میں تربیت پائی تھی اس لیے زہد' تقویٰ' عبادت' تواضع' انفاق فی سبیل اللہ اور حسن سلوک میں جو اعلیٰ نمونے پیش کیے جا سکتے ہیں وہ ان کی زندگی میں ملتے ہیں' شجاعت میں کوئی معاصر ان کا حریف نہ تھا مگر وہ برابر رسول اللہ ﷺ کی اس حدیث پر عمل فرماتے رہے کہ بہادر وہ نہیں ہے جو دشمن کو بچھاڑ دے بلکہ وہ ہے جو اپنے نفس کو زیر کرے۔ ان کی زندگی کا یہ واقعہ بہت مشہور ہے کہ ایک لڑائی میں ایک یہودی کو پچھاڑ کر اس کے سینے پر سوار ہو گئے اور اس کو ہلاک کرنا چاہتے تھے کہ اس نے ان کے منہ پر تھوک دیا تو یکایک اس کے سینے پر سے اتر کر علیحدہ ہو گئے' یہودی نے متعجب ہو کر اس طرح علیحدہ ہونے کی وجہ پوچھی تو بتایا کہ پہلے تمہیں اللہ کی خاطر ہلاک کرنا چاہتا تھا تم نے میرے منہ پر تھوکا تو اب میں تم کو ہلاک کرتا تو اپنے نفس کی خاطر کرتا جو صحیح نہیں ہوتا' یہ سن کر یہودی مسلمان ہو گیا۔

وہ اپنے حسن سلوک کی وجہ سے بے حد مقبول رہے' ان کے اسی وصف پر بھروسہ کر کے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ان سے اشاعت اسلام کا کام برابر لیتے رہے' فتح مکہ کے بعد حضرت خالد رضی اللہ تعالیٰ عنہ بنو خزیمہ میں تبلیغ اسلام کیلئے مامور ہوئے اس قبیلہ نے پہلے تو اسلام قبول کر لیا پھر منحرف ہو گیا' حضرت خالد رضی اللہ عنہ نے ان میں سے کچھ لوگوں کو قید اور کچھ کو قتل کر دیا۔ رسول اللہ ﷺ کو یہ معلوم ہوا تو آپ ﷺ کو دکھ ہوا' آپ ﷺ کو حضرت علی رضی اللہ عنہ کے حسن معاملہ کی کارکردگی پر پورا اعتماد تھا' اس لیے آپ ﷺ نے اس غلطی کی تلافی کیلئے ان کو بنی خزیمہ کے پاس بھیجا' حضرت علیؓ نے رواداری سے کام لیا' قیدیوں کو رہا کر دیا اور مقتولین کے وارثوں کو خون بہا دیا۔ **(فتح الباری ج۸ ص۴۶)**

والدین اولاد کی نفسیات کو سمجھیں

محمد شفیق یوسفی

نفسیات کے ماہرین اولاد اور والدین کے درمیان اس چپقلش کو نسلی خلاء کا نام دیتے ہیں۔ ماں باپ بچے کیلئے اپنے تجربات کو سنگ میل سمجھتے ہیں جبکہ نوجوان طبقہ اپنی زندگی کے فیصلے خود کرنے اور تجربات کرنے کا خواہشمند ہوتا ہے

محبت‘ انسیت‘ غصہ‘ ناراضگی‘ نفرت‘ خلوص‘ ایثار اور ہمدردی انسانی جبلت کا خاصہ ہیں۔ انسان بلند وبالا پہاڑوں‘ قدرتی فضاؤں اور سیاروں کی تسخیر کا دعویٰ کرتا ہے۔ وہ انسان جو درندوں سے خوفزدہ رہتا تھا آج درندے اس کی درندگی سے ڈرتے ہیں مگر تسخیر کائنات کا مدعی حضرت انسان ان جذبات واحساسات پر قابو پانے سے قاصر رہا ہے۔ آدم علیہ السلام کی تخلیق سے دور حاضر تک کرہ ارض نے ان گنت انقلابات دیکھے۔ ان انقلابات زمانہ کے باعث انسانی تہذیب‘ ثقافت‘ فن سیاسیات‘ فن تعمیر‘ سماجی رسوم وروایات کو ہر دور میں تغیر نصیب ہوا ہے لیکن انسان کے فطری رویوں میں تغیر و تبدل نہ آسکا۔ ان جذبات پر کسی حد تک قابو پایا جاسکتا ہے مگر کلی طور پر ان کی فراموشی کا تو اللہ کے برگزیدہ بندے بھی دعویٰ نہ کرسکے۔ یہ الگ بات ہے کہ ان کی محبت اور ناراضگی کے تناظر میں کوئی نہ کوئی مقصد پوشیدہ ہوتا ہے۔ یہ مقصد صرف اور صرف رضائے الٰہی اور فلاح انسانیت پر مبنی ہوتا ہے۔ انسان اشرف المخلوقات اور نائب خدا ہونے کے اعزاز سے معزز ہوا ہے۔ اس کے اور دوسری مخلوقات کے درمیان ایک امتیازی فرق ہے کہ انسان ایک معاشرے میں رہتا ہے جہاں بحیثیت رکن معاشرہ اس کے ذمے کچھ فرائض اور واجبات ہوتے ہیں جن کی ادائیگی ناگزیر ہے۔

کوئی بھی فرد معاشرے میں جتنے بھی رشتوں سے منسلک ہوتا ہے ان میں سب سے زیادہ اس کا رشتہ والدین کے ساتھ مضبوط ہوتا ہے اولاد اور والدین کے درمیان محبت کی فطری جبلت پائی جاتی ہے اس کی ابتدا ماں کی گود سے ہی شروع ہوجاتی ہے۔ شاید اسی وجہ سے ہی ماں کی گود کو بچے کی پہلی درسگاہ قرار دیا جاتا ہے۔ اسی درسگاہ سے وہ خود اعتمادی جیسی نعمت سے مالا مال ہوتا ہے جو بعد میں اس کی شخصیت میں نکھار کا سبب بنتی ہے۔ خدا کی پناہ کے بعد والدین ہی وہ ہستیاں ہیں جو کسی بھی شخص کیلئے جائے پناہ کا کام دیتی ہیں۔ والدین اور اولاد کے درمیان رنجش کی شکایت اس وقت پیدا ہوتی ہے جب بچہ ایام طفولیت سے نکل کر ایام بلوغت کی طرف آتا ہے اگرچہ مشرق میں شکایت کا تناسب مغرب کی نسبت کم ہے مگر سوچنے کی بات یہ ہے کہ آخر وہ کیا چیز ہے جو والدین اور اولاد کے درمیان موجود اس جذبہ محبت کو عداوت میں بدل دیتی ہے۔ اگرچہ ابھی معاملات زندگی میں بات انتہا تک نہیں پہنچی مگر نوجوانوں کے رویے کو محسوس کرنے کیلئے ان کے چہرے کے تاثرات اور بھنوؤں کے اتار چڑھاؤ ہی والدین کیلئے کافی ہوتے ہیں جسے والدین کے لیے برداشت کرنا مشکل اور صبر آزما کام ہے۔

نفسیات کے ماہرین اولاد اور والدین کے درمیان اس چپقلش کو نسلی خلاء کا نام دیتے ہیں۔ ماں باپ بچے کیلئے اپنے تجربات کو سنگ میل سمجھتے ہیں جبکہ نوجوان طبقہ اپنی زندگی کے فیصلے خود کرنے اور تجربات کرنے کا خواہشمند ہوتا ہے۔ اس خلاء کی بڑی وجہ یہ ہے کہ مادی ترقی نے انسان کی سوچ کے معیار بدل دیئے ہیں۔ انسان نے ترقی تو کرلی ہے مگر خواہشات کے حصول کی دوڑ اور مادہ پرستی نے اسے ایک دوسرے کے احساسات وجذبات کی پرواہ کرنے کے جذبے سے محروم کردیا ہے۔ الیکٹرانک ترقی نے جہاں ساری دنیا کو گلوبل ویلج بنادیا ہے وہاں ہر ملک کی انفرادی روایات کو بھی تباہ وبرباد کرنے میں اپنا کردار ادا کیا ہے۔ مغرب کی اندھی تقلید بھی نوجوانوں کو والدین کا گستاخ اور خودسر بنارہی ہے۔

مغرب کے مادر پدر آزاد معاشرے نے جہاں اور کئی قباحتوں کو جنم دیا ہے وہاں بدتمیزی اور بدتہذیبی جیسے جراثیم بھی ہمیں عنایت کیے کہ طبقہ اشرافیہ تو ان کی نقالی میں سب کو پیچھے چھوڑ گیا ہے اور اولاد کے رویے کی شکایات بھی اسی طبقے سے موصول ہورہی ہیں۔

نوجوانوں کے اس حوصلہ شکن رویہ کے کسی حد تک ذمہ دار والدین بھی ہیں۔ وہ تیزی سے بدلتے معاشرے سے صرف نظر کرتے ہوئے جوان بچوں پر اپنی مرضی ٹھونسنے کی کوشش کرتے ہیں اور بدلے میں انہیں اپنے ارمانوں کا خون کروانا پڑتا ہے۔ وہ نوجوان نسل کو اپنے نقش قدم پر چلانا چاہتے ہیں جبکہ نوجوانوں کو اپنے قدموں کے نیچے سیڑھیاں پسند نہیں وہ ہواؤں میں اڑنے کے خواہاں ہیں۔ نوجوان خون کے فیصلے جلد بازی اور جذبات پر مبنی ہوتے ہیں اور والدین کی ہٹ دھرمی جلتی پر تیل کا کام دیتی ہے۔

اسلام ایک مکمل ضابطہ حیات ہے جو اپنے پیروکاروں کو زندگی گزارنے کے تمام آداب سے روشناس کرواتا ہے۔ وہ کرہ ارض پر موجود تمام رشتوں کی تعظیم کا درس دیتا ہے۔ باری تعالیٰ نے انسان کو بقائے نوع انسانی کے علاوہ اور بھی ارفع و اعلیٰ فرائض تفویض کیے ہیں جن میں اولاد کی تعلیم وتربیت‘ تہذیب معاشرت اور تربیت اخلاق بھی شامل ہے۔ تعلیم کے ذریعے بچوں میں شریعت اور تہذیب پیدا ہوتی ہے۔ جن سے وہ عادات وخصائل واخلاق انسانیت کی بلندیوں پر پہنچ جاتا ہے۔ ’’فرمان رسول کریم ﷺ ہے باپ کا کوئی عطیہ بیٹے کیلئے اس سے بڑھ کر نہیں کہ وہ اس کی اچھی تعلیم وتربیت کرے۔‘‘

ضرورت اس امر کی ہے کہ والدین بچوں کی مناسب تعلیم و تربیت پر توجہ دیں اور بچے والدین کے ادب واحترام کا پاس رکھیں۔ اسلام تو بچوں کو یہاں تک حکم دیتا ہے کہ اپنے والدین کے سامنے ’’اف‘‘ تک نہ کہیں اور بعد مرنے کے بھی ان کے حقوق کا خیال رکھیں اور وہ حقوق یہ ہیں کہ ان کی مغفرت کیلئے دعا کریں‘ ان کیلئے صدقہ کریں اور ان کے اعزا واقارب اور دوستوں سے محبت سے پیش آئیں۔

حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہما سے روایت ہے کہ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہٗ کا ایک اعرابی دوست آپ کو ملا اور پوچھا کہ آپ فلاں (حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ) کے بیٹے ہیں اس پر حضرت ابن عمرؓ نے اس اعرابی کو ایک سواری اور اپنے سر سے عمامہ اتار کر دیدیا حالانکہ آپ کے بعض ساتھیوں کے بقول اس کیلئے دو درہم بھی کافی تھے لیکن حضرت ابن عمرؓ نے اپنے والد کی دوستی کا خیال کیا اور اسے خوب عنایت کیا۔

جہاں اسلام میں نوجوانوں اور بچوں کو والدین کی خدمت کا پابند کیا گیا ہے وہاں ماں باپ کو بھی سب بچوں کے درمیان عدل وانصاف کرنے کا حکم صادر فرمایا گیا ہے۔

نوجوانوں کا رویہ ایک سوالیہ نشان بنتا جارہا ہے۔ اس وقت نوجوانوں اور والدین کو اپنے اپنے حقوق وفرائض باور کروانے کی ضرورت ہے جو والدین کو باور کروائے کہ گھروں میں بچوں کیساتھ دوستانہ رویہ روا رکھا جائے۔ بچوں کی صلاحیتوں اور قابلیتوں کو تسلیم کیا جائے اس کے ساتھ ساتھ بچوں کو اس بات کا احساس دلایا جائے کہ ان کی صلاحیتیں اور قابلیت اپنی جگہ مگر والدین کے تجربے سے بھی فائدہ اٹھایا جانا چاہیے تاکہ والدین اور اولاد کے درمیان باہمی افہام وتفہیم کی فضاء ہموار رہے۔ اس سلسلے میں لوگوں کو اسلامی تعلیمات سے روشناس کروانے کی بھی ضرورت ہے۔ اسلام نے والدین اور اولاد کیلئے الگ الگ فرائض کا تعین کیا ہے جن سے گریز کسی صورت بھی ممکن نہیں۔

موسم گرما‘ بیماریاں اور احتیاطی تدابیر

پروفیسر آصف‘ لاہور

پانی زیادہ مقدار میں یک لخت نہیں پینا چاہیے ایسا کرنے سے معدہ وجگر میں کمزوری پیدا ہوجاتی ہے۔ دھوپ سے آنے کے فوراً بعد یک لخت پانی نہیں پینا چاہیے بلکہ کچھ دیر سکون کرنے کے بعد چسکی لے کر آہستہ آہستہ پانی پینا مفید ہے۔

پاکستان میں جون اور جولائی کے مہینوں میں شدت کی گرمی پڑتی ہے۔ سورج کی کرنوں سے شرارے برستے ہیں اور یوں محسوس ہوتا ہے جیسے سورج سوا نیزے پر آگیا ہے۔ سر سے پاؤں تک سارا جسم پسینے میں شرابور رہتا ہے جھلسا دینے والی لو سے زبان خشک ہوجاتی ہے۔ ہونٹوں پر پپڑیاں جم جاتی ہیں۔ سرسبز وشاداب درخت مرجھا جاتے ہیں۔ خوشنما اور خوش رنگ پھول کملا جاتے ہیں۔ دوپہر کے وقت لوگ گھروں اور سایہ دار جگہوں کی پناہ میں آجاتے ہیں۔ گلی کوچے اور سڑکیں ویران ہوجاتی ہیں۔ بھری پُری آبادیوں میں سناٹا چھا جاتا ہے۔ ندی نالے اور دریا خشک ہوجاتے ہیں۔ نہ کھانے کا کچھ لطف آتا ہے اور نہ کپڑے پہننے کا۔ صحت کے لحاظ سے بھی موسم گرما انتہائی خراب موسم ہے۔ بھوک ختم ہوجاتی ہے۔ دل اور تنفس کی حرکات سست پڑجاتی ہیں۔ جسم کے عضلات ڈھیلے پڑجاتے ہیں۔ بے چینی اور بے قراری میں اضافہ ہوجاتا ہے۔ پیاس کا غلبہ ہوتا ہے۔ جسم پر گرمی دانے نکل آتے ہیں۔ خشکی بڑھ جاتی ہے۔ موسم گرما گرم ہونے کے ساتھ ساتھ خشک بھی ہوتا ہے اس لیے کہ اس موسم میں حرارت کی زیادتی کی وجہ سے رطوبات تحلیل ہوجاتی ہیں۔ علاوہ ازیں اس موسم میں بارش بہت کم ہوتی ہے۔ لہٰذا اس موسم میں حرارت اور خشکی بڑھ جاتی ہے۔

موسم گرما میں زیادہ تر صفراوی بخار‘ قے‘ اسہال‘ تپ محرقہ‘ سردرد‘ خفقان‘ ہیضہ‘ پیچش اور سرسام جیسی بیماریاں انسانی صحت کیلئے خطرے کا باعث ہوتی ہیں۔ تاہم اگر اس موسم میں احتیاط برتی جائے اور دی ہوئی ہدایات پر پوری طرح عمل کیا جائے تو ہر شخص موسم گرما کے مضر اثرات سے اپنے آپ کو بڑی حد تک بچانے میں کامیاب ہوسکتا ہے۔

احتیاطی تدابیر

پینے سے متعلق ہدایات: موسم گرما میں شدت کی پیاس لگتی ہے اور انسان اس پیاس کو مٹانے کیلئے طرح طرح کی تدابیر اختیار کرتا ہے۔ کہیں برف کا ٹھنڈا یخ پانی پیتا ہے اور کہیں کولا مشروبات کا استعمال کرتا ہے۔ مگر پیاس ہے کہ بڑھتی چلی جاتی ہے۔ پیاس کو تسکین پہنچانے کیلئے برف کو پانی میں ڈال کر استعمال نہیں کرنا چاہیے بلکہ برف میں صراحی یا گلاس لگا کر ٹھنڈا کرکے پینا مفید ہے یا پھر فرج میں پانی کی بوتل بھر کر رکھ دیں اور ٹھنڈا ہونے پر پئیں۔ برف کا کثرت سے استعمال معدہ وجگر کو نقصان پہنچاتا ہے۔

پانی زیادہ مقدار میں یک لخت نہیں پینا چاہیے ایسا کرنے سے معدہ وجگر میں کمزوری پیدا ہوجاتی ہے۔

دھوپ سے آنے کے فوراً بعد یک لخت پانی نہیں پینا چاہیے بلکہ کچھ دیر سکون کرنے کے بعد چسکی لے کر آہستہ آہستہ پانی پینا مفید ہے۔

مٹی کے برتن میں ٹھنڈا کیا ہوا پانی پیاس کو تسکین پہنچاتا ہے۔

کولا مشروبات کا استعمال بجائے فائدے کے نقصان پہنچاتا ہے اس لیے دہی کی پتلی لسی‘ کچی لسی (دودھ کو جوش دے کر ٹھنڈا کرکے اس میں پانی ڈال کر پینا) مشروبات مثلاً شربت صندل‘ شربت نیلوفر‘ شربت بزوری‘ شربت فالسہ‘ لیموں کی سکنجبین وغیرہ کا استعمال از حد مفید ہے۔

چائے ایک یا دو کپ سے زیادہ ہرگز استعمال نہ کریں۔

غذا سے متعلق ہدایات: موسم گرما میں غذا سے متعلق بہت زیادہ احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ ذرا سی بدپرہیزی انسان کیلئے نقصان دہ ثابت ہوسکتی ہے۔

موسم گرما میں زود ہضم غذا استعمال کرنی چاہیے۔

ایسی غذائیں جن میں چربی اور نشاستہ دار اجزاء بکثرت ہوں استعمال نہیں کرنی چاہیے۔ مثلاً گوشت‘ گھی‘ مٹھائیاں‘ بینگن وغیرہ ان چیزوں کے استعمال سے جسم میں حرارت بڑھ جاتی ہے۔

گرمیوں میں تازہ سبزیاں اور پھل استعمال کریں اور کھانے کے ساتھ سرکہ‘ پیاز‘ لیموں‘ پودینہ وغیرہ ضرور استعمال کریں۔

تاہم چاولوں کے ساتھ سرکہ استعمال نہ کریں۔

باسی اشیاء استعمال نہ کی جائیں۔ زیادہ روٹی نہ کھائیں۔

کھانے کے ساتھ مقدار میں بہت زیادہ ٹھنڈا پانی بھی استعمال نہ کریں۔ ٹھنڈی ترکاریاں مثلاً گھیا‘ کدو‘ ٹینڈے پالک توری وغیرہ مفید ہے۔ اس موسم میں کھیرا‘ ککڑی‘ تربوز لوکاٹ بڑھی ہوئی حرارت کو اعتدال پر لانے میں انتہائی مفید اور مؤثر ثابت ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ جامن‘ آم‘ انگور اور خربوزہ بھی اس موسم کے بہترین پھل ہیں۔ تاہم آم استعمال کرنے کے بعد دودھ کی لسی پینا انتہائی مفید ہے۔

لباس سے متعلق ہدایات: موسم گرما میں خصوصی طور پر سوتی صاف ستھرا ڈھیلا ڈھالا اور آرام دہ لباس پہننا چاہیے۔ گرم کپڑوں سے اجتناب کریں۔ موسم گرما میں سفید لباس دھوپ سے محفوظ رکھتا ہے اس کے علاوہ ہلکے رنگوں کا لباس بھی مفید ہوتا ہے تاہم اس موسم میں سیاہ رنگ کا لباس نہ پہننا چاہیے۔ گرمیوں میں روزانہ لباس تبدیل کرنا بہتر ہوتا ہے تاہم دوسرے دن تو لباس ضرور تبدیل کرنا چاہیے۔

دھوپ میں نکلنے سے متعلق ہدایات

گرمیوں میں سخت دھوپ میں گھر سے باہر نہ نکلیں۔ اگر مجبوراً دھوپ میں نکلنا پڑے تو سر گردن اور ریڑھ کی ہڈی کو دھوپ سے بچانے کیلئے سفید کپڑا یا تولیہ سے مذکورہ بالا اعضاء ڈھانپ لیں یا پھر چھتری وغیرہ لے کر نکلیں۔ آنکھوں پر دھوپ کا چشمہ لگا کر نکلیں۔ گھر سے نکلنے سے پہلے پانی پی لیں اور بالکل خالی پیٹ گھر سے نہ نکلیں۔ باریک کپڑے پہن کر گھر سے نکلنا انتہائی نقصان دہ ہے لہٰذا موٹا اور سوتی کپڑا پہن کر گھر سے نکلیں ورنہ جلد کو شدید نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے۔

لو سے متاثرہ افراد کیلئے ہدایات: بعض لوگ گرمی کی شدت یا لو برداشت نہیں کرپاتے اور بیہوش ہوجاتے ہیں۔ ایسے متاثرہ افراد کو فوراً ٹھنڈی اور ہوا دار جگہ پر لٹائیں۔ چہرے پر سرد پانی کے چھینٹے ماریں‘ تولیہ یا کوئی موٹا کپڑا ٹھنڈے پانی میں بھگو کر جسم کو پونچھیں۔ مریض کے ہوش میں آجانے کے بعد ٹھنڈا پانی‘ لیموں کی سکنجبین‘ صندل کا شربت وغیرہ پلائیں۔ مریض کو او آر ایس پانی میں ملا کر پلانا بھی مفید ہے۔

شوگر کا نہایت آسان علاج

آج کل اکثریت شوگر جیسے موذی مرض میں مبتلا ہے۔ ساری زندگی کیلئے چینی‘ شکر وغیرہ پر پابندی لگ جاتی ہے۔ یہ ایک قسم کی سزا ہے۔ بندہ بشر ہے کبھی تھوڑی بہت بدپرہیزی کرنے کو دل چاہتا ہے۔ اگر آپ چاہتے ہیں کہ کبھی کبھار میٹھا بھی کھالیا جائے اور شوگر بھی نارمل رہے تو اس کیلئے نہایت آسان نسخہ حاضر خدمت ہے:۔

ھوالشافی: بادام ایک پاؤ‘ جامن کی گٹھلی ایک پاؤ‘ کریلے کے بیج ایک پاؤ‘ کڑوے جو ایک پاؤ لے کر ان تمام چیزوں کو اچھی طرح کوٹ کر سفوف بنالیں اور کیپسولوں میں بھر کر روزانہ ایک کھالیا کریں۔ اس کے کھانے کا فائدہ یہ ہوگا آپ کبھی کبھار مٹھائی‘ آم‘ کھجور وغیرہ چکھ سکیں گے۔ یہ کیپسول میٹھے کے اثرات کو زائل کردیگا۔ **(محمد فاران‘ مظفر گڑھ)**

رجب المرجب کی برکات اور وظائف

ماہ رجب کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دس رکعت نماز پانچ سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ کافرون تین مرتبہ اور سورۂ اخلاص تین دفعہ پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز پڑھنے والے کو اللہ پاک قیامت کے دن شہیدوں میں شامل کریگا

رجب المرجب کی عبادات

احادیث میں ماہ رجب کی بہت فضیلت بیان کی گئی ہے ایک حدیث پاک میں ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ ''رجب اللہ تعالیٰ کا مہینہ ہے اور شعبان میرا مہینہ ہے اور رمضان شریف میری امت کا مہینہ ہے۔''

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ جب ماہ رجب کا چاند دیکھو تو پہلے ایک مرتبہ یہ دعا پڑھو: اَللّٰھُمَّ بَارِکْ لَنَا فِیْ رَجَبَ وَ شَعْبَانَ وَ بَلِّغْنَا رَمَضَانَ ا

نفل نماز: ماہ رجب کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد دس رکعت نماز پانچ سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ کافرون تین مرتبہ اور سورۂ اخلاص تین دفعہ پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز پڑھنے والے کو اللہ پاک قیامت کے دن شہیدوں میں شامل کریگا اور ہزار درجہ اس کے بلند کریگا۔

پہلی شب: بعد نماز عشاء چار رکعت نماز دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ الم نشرح ایک بار سورۂ اخلاص ایک بار سورۂ فلق ایک بار سورۂ الناس ایک بار پڑھے جب دو رکعت کا سلام پھیرے تو کلمہ توحید 33 بار اور درود شریف 33 مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت کی نیت باندھ کر پہلی دو رکعت کی طرح پڑھے پھر بعد سلام کے کلمہ توحید 33 دفعہ درود شریف 33 دفعہ پڑھ کر جو بھی حاجت ہو اللہ پاک سے طلب کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر دعا قبول ہوگی۔

ماہ رجب کی ہر شب جمعہ بعد نماز عشاء دو رکعت نماز پڑھے۔ پہلی رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ بقرہ کا آخری رکوع اٰمَنَ الرَّسُوْلُ سے کٰفِرِیْن تک سات مرتبہ پڑھے۔ پھر دو رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے سورۂ حشر کی آخری آیات ھُوَ اللّٰہُ الَّذِیْ تا الْحَکِیْمُ سات مرتبہ پڑھے سلام کے بعد بارگاہ الٰہی میں جو بھی حاجت ہو طلب کرے انشاء اللہ تعالیٰ جو دعا مانگے گا قبول ہوگی۔ ہر مراد کیلئے یہ نماز بہت افضل ہے۔

لیلۃ الرغائب: اسی مہینہ میں ہوتی اور اس مہینہ کے پہلے جمعہ کی رات کا نام لیلۃ الرغائب ہے اس رات میں بعد مغرب کے بارہ رکعت نفل چھ سلام سے ادا کی جاتی ہیں۔ ہر رکعت میں بعد الحمد کے سورۃ القدر تین بار اور سورۃ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد ستر بار پڑھے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِنِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ عَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ پھر سجدہ میں جا کر ستر بار پڑھے۔ سُبُّوْحٌ قُدُّوْسٌ رَبُّ الْمَلٰٓئِکَۃِ وَالرُّوْحِ اور پھر سر اٹھائے اور کہے رَبِّ اغْفِرْ وَارْحَمْ وَ تَجَاوَزْ عَمَّا تَعْلَمُ اِنَّکَ اَنْتَ الْاَعَزُّ الْاَکْرَمُ ستر مرتبہ پھر دوسرا سجدہ اسی طرح کرے۔ پھر جو دعا مانگے گا قبول ہوگی۔

ماہ رجب کی ستائیسویں شب

ماہ رجب کی ستائیسویں شب کو بارہ رکعت نماز تین سلام سے پڑھے پہلی چار رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۃ القدر ہر رکعت میں تین تین مرتبہ پڑھے سلام کے بعد ستر مرتبہ بیٹھ کر یہ پڑھے۔ لَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ الْمَلِکُ الْحَقُّ الْمُبِیْنُ دوسری چار رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ نصر تین تین مرتبہ ہر رکعت میں سلام کے بعد بیٹھ کر ستر مرتبہ پڑھے۔ اِنَّکَ قَوِیٌّ مُّعِیْنٌ وَّ ھَادِیٌّ دَلِیْلٌ بِحَقِّ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَاِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ۔ تیسری چار رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص تین تین مرتبہ ہر رکعت میں سلام کے بعد بیٹھ کر ستر مرتبہ سورۂ الم نشرح پڑھے پھر بارگاہ رب العزت میں دعا مانگے انشاء اللہ تعالیٰ جو حاجت ہوگی وہ اللہ تعالیٰ قبول فرمائے گا۔ ماہ رجب المرجب کی پندرہ تاریخ کو کسی نماز کے بعد ایک مرتبہ یہ استغفار پڑھنی بہت افضل ہے۔ اس استغفار کے پڑھنے والے کی تمام برائیاں مٹا کر اللہ پاک اسے نیکیوں میں بدل دیگا۔

اَسْتَغْفِرُ اللّٰہَ الَّذِیْ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ غَفَّارُ الذُّنُوْبِ وَسَتَّارُ الْعُیُوْبِ وَاَتُوْبُ اِلَیْہِ

ماہ رجب کی کسی تاریخ کو نماز ظہر یا مغرب یا عشاء کی نماز کے بعد سورۂ کہف ایک بار سورۂ یٰسٓ ایک بار، سورۂ حٰمٓ ایک بار، سورۂ دخان ایک بار سورۂ معارج ایک بار پڑھے پھر سورۂ اخلاص ایک ہزار مرتبہ پڑھے۔ اللہ پاک ان سورتوں کے پڑھنے والے پر خاص رحمت و برکت عطا فرمائے گا۔

نفل روزہ: حضور اقدس ﷺ فرماتے ہیں ماہ رجب کے روزہ کی بہت فضیلت ہے اور سب سے زیادہ ستائیس تاریخ کے روزہ کا بہت ثواب ہے اس روزہ سے عذاب قبر اور دوزخ سے محفوظ رہے گا۔ ماہ رجب کے ایک روزہ کا ثواب ہزار

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 5 جون بروز اتوار 2 بجکر 10 منٹ سے لیکر 3 بجکر 25 منٹ تک 16 جون بروز جمعرات صبح 10 تا 11 بجکر 17 منٹ تک 28 جون بروز منگل عصر تا مغرب تک یَا قَادِرُ یَا قَوِیُّ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فیصد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ 2- خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گزشتہ پانچ ماہ سے عبقری کا مطالعہ کر رہی ہوں' گزشتہ دو ماہ سے روحانی محفل بھی کی اور گیارہ روپے صدقہ بھی ساتھ ساتھ دیا۔ ایک دن میں روحانی محفل کر رہی تھی اور پڑھتے ہوئے آنکھیں بند تھیں' سوئی نہیں تھی پڑھ رہی تھی۔ سامنے وائٹ رنگ کی بہت اونچی سی دیوار نظر آئی تھی دیوار کے دو ٹکڑے ہوئے ہیں بہت تیز روشنی دکھائی دی جس سے میں ایک دم ڈر گئی اور میں نے آنکھیں (باقی صفحہ نمبر 29 پر)

شاہ فرید احمد دہلویؒ کے روحانی وظائف

جو شخص غریب ہو اور اس کا ہاتھ خرچ کے معاملے میں تنگ رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ بعد نمازِ مغرب یا بعد نماز عشاء باوضو سورۂ مزمل (پ ۲۹) گیارہ مرتبہ پڑھے۔ سورۂ مزمل پڑھنے سے پہلے گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔

جن کا اثر' آسیب زدہ اور مرگی کا دورہ دور کرنا

اگر کسی بچے' بڑے یا عورت پر جن بھوت کا اثر ہو گیا ہو یا کسی کو آسیب لپٹ گیا ہو یا کسی کو مرگی کا دورہ پڑ گیا ہو تو اس کیلئے ایک بوتل یا صاف برتن میں پانی لے اور سورۂ فاتحہ' آیۃ الکرسی اور سورۂ جن کی شروع کی (ابتدائی) پانچ آیات پڑھ کر پانی پر دم کرے اور اس پانی کے چھینٹے مریض کے منہ (چہرے) پر مارے۔

انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے مریض ہوش میں آجائے گا جب بھی ایسا ہو اسی پانی کے چھینٹے اس مریض کے منہ پر ماردیا کرے انشاء اللہ تعالیٰ مریض فوراً ہوش میں آجائے گا۔

ہر تکلیف اور پریشانی سے حفاظت

اگر کسی شخص کو کسی پریشانی سے واسطہ پڑ جائے اور وہ ہر طرح سے عاجز آجائے یا انسان کو کسی کی طرف سے تکلیف پہنچے یا کسی طرف سے برائی کے پیش آنے کا ڈر ہو تو یہ عمل کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ وہ ہر ظالم کے ظلم سے محفوظ رہے گا اور ہر تکلیف اور برائی سے بچا رہے گا۔ عمل یہ ہے:۔

فجر کی نماز کی دو رکعت سنت میں اول رکعت میں الحمد شریف کے بعد سورۂ الم نشرح اور دوسری رکعت میں سورۂ فیل پابندی سے پڑھے اور یہ عمل اس وقت تک کرتا رہے جب تک ظلم یا برائی کے ہونے کا اندیشہ اور ڈر ہو۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے ہر طرح محفوظ رہے گا اور اسے کوئی تکلیف اور گزند نہ پہنچے گا۔

کھیتی میں برکت

اگر کوئی شخص یہ چاہتا ہو کہ اس کے کھیت میں فصل خوب اگے اور اس فصل کو کوئی نقصان نہ پہنچے اور خوب برکت ہو تو اس کیلئے جب کھیت میں بیج ڈالے اس وقت اول درود ابراہیمی گیارہ بار پڑھے اس کے بعد ایک سو بار پڑھے:

سُبْحَانَ اللّٰہِ الْبَاعِثِ الْوَارِثِ

اس کے بعد گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھے اس کے بعد بیج ڈالنا شروع کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ کھیت میں بہت برکت ہوگی اور خوب فصل پیدا ہوگی کہ نہال ہو جائے گا۔

پیشاب رک رک کر آنا

بعض مرتبہ غدود کے ورم کی وجہ سے یا پتھری کے سبب پیشاب رک رک کر قطرہ قطرہ آتا ہے۔ اس کے جاری کرنے کیلئے صبح بعد نماز فجر اور بعد نماز مغرب گیارہ بار یہ کلمات باوضو پڑھ کر اپنے پیٹ پر پھونک مارے۔ یہ عمل بیماری ختم ہونے تک جاری رکھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد صحت حاصل ہوگی۔ وہ کلمات یہ ہیں۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. اَلْمَلِکِ الْقُدُّوْسِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

ہر قسم کے درد سے حفاظت

اگر کسی شخص کے بدن میں بادی کا زور ہو اور اس کے بدن کے کسی نہ کسی حصے میں درد ضرور رہتا ہو تو اس کے لیے مندرجہ ذیل آیت باوضو نماز فجر کے بعد سات بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے دونوں ہاتھ تمام بدن پر پھیر لے سر سے پیر تک کوئی حصہ باقی نہ بچے۔ اسی طرح بعد نماز عشاء یہی آیت باوضو سات بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے دونوں ہاتھ سر سے پاؤں تک تمام بدن پر پھیر لے یہ عمل اسی طرح کرتا رہے گا تو بدن کے کسی بھی حصے میں درد نہ ہوگا اور ہر قسم کے درد سے محفوظ رہے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ خَلَقَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ وَجَعَلَ الظُّلُمٰتِ وَالنُّوْرَ ط ثُمَّ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا بِرَبِّھِمْ یَعْدِلُوْنَ ہ (سورۂ انعام' 1)

غریبی اور تنگ دستی دور کرنا

جو شخص غریب ہو اور اس کا ہاتھ خرچ کے معاملے میں تنگ رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ بعد نمازِ مغرب یا بعد نماز عشاء باوضو سورۂ مزمل (پ ۲۹) گیارہ مرتبہ پڑھے۔ سورۂ مزمل پڑھنے سے پہلے گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ سورۂ مزمل پڑھتے وقت جب فَاتَّخِذْہُ وَکِیْلًا پر پہنچے تو پچیس مرتبہ یہ کلمات پڑھے حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ اس عمل کی برکت سے گھر سے غربت اور تنگ دستی کا خاتمہ ہوگا اور روزی میں برکت پیدا ہوگی۔ شرط یہ ہے کہ یہ عمل روزانہ بلا ناغہ کرے اور پابندی سے کرے گا تو اس کا پھل پائے گا۔

نظر بد کا مجرب علاج

بعض مرتبہ کسی خوبصورت انسان' حیوان یا اچھی چیز کو نظر بھر کر دیکھ لیا جائے اور اس وقت بَارَکَ اللّٰہُ یا مَا شَآءَ اللّٰہُ کہہ دیا جائے تو وہ چیز نظرِ بد سے محفوظ ہو جائے گی اور اگر یہ الفاظ نہ کہے اور اس پر گہری نظر ڈالی یا اس کی خوبی کا تذکرہ کر دیا تو نظرِ بد لگ جائے گی۔ اگر کسی کو نظر لگ جائے تو مندرجہ ذیل آیات اور ان سورتوں کو تین دن مسلسل بلا ناغہ صبح و شام کے وقت تین تین بار پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ انشاء اللہ نظر بد کا اثر جاتا رہے گا۔ بچہ ہو یا بڑا ہر ایک کیلئے یہ عمل مفید ہے۔ جو آیات اور سورتیں پڑھی جائیں گی وہ یہ ہیں۔

1۔ سورۃ الفاتحہ۔ 2۔ سورۃ البقرۃ الٓمّٓ سے مُفْلِحُوْنَ تک۔ 3۔ آیت الکرسی۔ 4۔ سورۂ اخلاص۔ 5۔ سورۂ فلق۔ 6۔ سورۂ الناس۔ 7۔ یہ آیت وَاِنْ یَّکَادُ الَّذِیْنَ سے اِلَّا ذِکْرٌ لِّلْعٰلَمِیْنَ تک (القلم:۵۲)

ان کے پڑھنے کا طریقہ ہے کہ پہلے ایک ایک مرتبہ سب آیتیں اور سورتیں پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ پھر دوبارہ ایک ایک مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں آخر میں تیسری بار ایک ایک مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ اس طرح تین مرتبہ صبح اور تین مرتبہ شام کو دم کریں اور مسلسل تین دن تک کریں۔

بُرا خواب آئے تو......!

بُرا خواب دیکھے تو تین مرتبہ شیطان اور برے خواب کے شر سے اللہ تعالیٰ کی پناہ مانگے۔ مثلاً تین بار یوں کہے: اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ وَ مِنْ شَرِّ ھٰذِہِ الرُّؤْیَا۔ اس کے بعد تین مرتبہ بائیں جانب تھتکار دے یعنی تھوتھو کر دے اور جس کروٹ سو رہا ہو اس کروٹ کو بدل دے۔ بخاری شریف کی ایک روایت سے معلوم ہوتا ہے کہ اٹھ کر وضو کر کے نماز پڑھنے لگے۔ کسی سے اس خواب کا تذکرہ نہ کرے اس طرح انشاء اللہ تعالیٰ یہ خواب اس کو کسی قسم کا نقصان نہ پہنچائے گا۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ' کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

کچے اور پکے آم کے فائدے

پرنسپل غلام قادر ہراج جھنگ

اچھے اچار میں بیک وقت کھٹا، نمکین، میٹھا اور مصالحے دار ذائقے موجود ہونے چاہیے جبکہ اس میں دوسرے ذائقے خوشگوار حد تک پائے جاتے ہیں۔ اچھے اچار کو نرم اور خستہ ہونا چاہیے تاہم پھلوں اور سبزیوں کی رنگت تبدیل نہیں ہونی چاہئے

اچار ہمارے کھانوں کی لذت اور ذائقہ کو بڑھاتے ہیں۔ اچار اشتہا انگیز اور غذا ہضم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ یوں تو تمام تر پھلوں اور سبزیوں سے اعلیٰ قسم کا اچار تیار کیا جا سکتا ہے جن میں گاجر، گوبھی، شلجم، مولی، سبز مرچ، لیموں، لسوڑا، کھیرا، ڈیلے، سہانجنا، آملہ وغیرہ شامل ہیں لیکن جس چیز کا اچار سب سے زیادہ خوشذائقہ اور پسند کیا جاتا ہے وہ ہے آم کا اچار۔

اچار کی خوبیاں: اچھے اچار میں بیک وقت کھٹا، نمکین، میٹھا اور مصالحے دار ذائقے موجود ہونا چاہیے جبکہ اس میں دوسرے ذائقے خوشگوار حد تک پائے جاتے ہیں۔ اچھے اچار کو نرم اور خستہ ہونا چاہیے تاہم پھلوں اور سبزیوں کی رنگت تبدیل نہیں ہونی چاہئے۔

اچار بنانے کیلئے آم کا انتخاب: اچار بنانے کیلئے پوری طرح تیار اور کچے پکے آم استعمال نہیں کرنے چاہئیں۔ زیادہ پکے ہوئے اور نرم آم اچار کیلئے غیر موزوں ہیں جس سے اچار لیس دار ہو جاتا ہے اور فوراً خراب ہو جاتا ہے۔

کچے آم کا انتخاب کرتے وقت ایسے پھل کا انتخاب کرنا چاہیے جو 10 ہفتے کا ہو۔ 6 ہفتے کا پھل استعمال کرنے سے اچار سخت ہو جاتا ہے اور ذائقہ بھی مناسب نہیں ہوتا۔ آم کا وزن اندازاً 250 گرام تک ہونا چاہیے۔

احتیاطی تدابیر: آم کا اچار بنانے کیلئے آم کو نمک والے پانی سے اچھی طرح دھو کر گرد و غبار اور مٹی کو دور کر لینا چاہیے۔ آم کی قاشوں کو کاٹ کر دھونے سے تیزابیت میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور ضرررساں جراثیم کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے اس لیے آم کو کاٹنے سے پہلے ہی دھو کر خشک کر لینا چاہیے۔

مناسب طریقہ سے پھانکوں میں کاٹ لیں۔ ☆ کٹے ہوئے آم میں ایک نمک کی تہہ لگائیں تاکہ وافر پانی خارج ہو جائے۔ قاشیں جتنی چھوٹی ہونگی نمک ان میں آسانی سے پہنچ جائیگا۔ ☆ آم کو زیادہ دیر تک ابالنے سے اچار نرم پڑ جاتا ہے صرف خامروں کو زائل کرنے کیلئے تین سے چار منٹ تک ابالیں۔ ☆ اگر اچار نرم پڑ جائے تو ایسی صورت میں کیلشیم کلورائیڈ چوتھائی گرام فی کلو کے حساب سے استعمال کریں۔ اچار میں پھٹکری کا استعمال خطرے سے خالی نہیں اس کو استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ ☆ اچار بنانے کیلئے مٹی، پلاسٹک یا شیشے کا برتن استعمال کرنا چاہیے۔ ☆ لوہے کا چمچہ اچار میں استعمال کرنے سے اچار زنگ آلود ہو جاتا ہے اور کالا پڑ جاتا ہے۔ اچار ہلانے کیلئے لکڑی کا چمچہ بہتر ہے۔ ☆ نمک، سرکہ اور گڑ زیادہ استعمال کرنے سے اچار میں جھریاں پڑ جاتی ہیں اور وہ سخت ہو جاتا ہے۔ بہت کم نمک استعمال کرنے سے اچار بدبو بھی چھوڑ سکتا ہے۔

درج ذیل بیماریوں میں اچار کا استعمال مضر ہے

بلغم، گرمی، جریان، احتلام، زکام اور ایام مخصوصہ میں بے قاعدگیاں ان امراض میں اچار کا استعمال ہرگز نہیں کرنا چاہیے۔

مختلف اچاروں کے فوائد

آم کا اچار: سردی اور خشکی دور کرنے میں مفید ہے۔ **گلگل کا اچار:** تلی کے عارضہ میں مفید ہے۔ **سہانجنہ کا اچار:** بادی سردی اور ریح کے امراض میں مفید ہے۔ **کاغذی لیموں کا اچار:** جگر کے عارضہ میں مفید ہے۔ **سبز مرچ کا اچار:** بلغمی مزاج کیلئے مفید ہے۔

آم کے دیگر فوائد

آم کا استعمال اعضائے رئیسہ دل، دماغ اور جگر کیلئے مفید ہے۔ آم میں نشاستے دار اجزا ہوتے ہیں جن سے جسم موٹا ہوتا ہے۔ اپنے قبض کشا اثرات کے باعث اجابت بافراغت ہوتی ہے۔ اپنی مصفی خون تاثیر کے سبب چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے۔ ماہرین طب کی تحقیقات سے ثابت ہوتا ہے کہ آم تمام پھلوں میں سے زیادہ خصوصیات کا حامل ہے اور اس میں حیاتین ''الف'' اور حیاتین ''ج'' تمام پھلوں سے زیادہ ہوتی ہے۔ کچا آم بھی اپنے اندر بے شمار غذائی و دوائی اثرات رکھتا ہے۔ اس کے استعمال سے بھوک لگتی ہے اور صفرا کم ہوتا ہے۔ موسمی تقاضوں کو پورا کرتے ہوئے لو کے اثرات سے بچاتا ہے البتہ ایسے لوگ جن کو نزلہ، زکام اور کھانسی ہو ان کو یہ ہرگز استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ آم تمام عمر کے لوگوں کیلئے یکساں مفید ہے۔ جو بچے لاغر اور کمزور ہوں ان کیلئے تو عمدہ قدرتی ٹانک ہے۔ اسے حاملہ عورتوں کو استعمال کرنا چاہیے، یوں بچے خوبصورت ہوں گے جو مائیں اپنے بچوں کو دودھ پلاتی ہیں، اگر آم استعمال کریں تو دودھ بڑھ جاتا ہے۔ یہ خوش ذائقہ پھل نہ صرف خون پیدا کرنے والا قدرتی ٹانک ہے بلکہ گوشت بھی بناتا ہے اور نشاستائی اجزا کے علاوہ فاسفورس، کیلشیم، فولاد، پوٹاشیم اور گلوکوز بھی رکھتا ہے۔ اسی لیے دل، دماغ اور جگر کیساتھ ساتھ سینے اور پھیپھڑوں کیلئے بھی مفید ہے۔

بانجھ پن کا روحانی علاج

مندرجہ بالا علاج مریض کئی مہینے مسلسل کرتا رہے، انشاء اللہ شفاء نصیب ہوگی بشرطیکہ وہ اس دوران اللہ کی شریعت کی پابندی کرے۔

بداثرات کی وجہ سے ناقابل اولاد ہونے کی کچھ علامات

سینے کی گھٹن خاص کر عصر کے بعد سے لے کر آدھی رات تک پریشان حالی، پیٹھ کی نچلی ہڈیوں میں درد، نیند میں گھبراہٹ، نیند میں خوفناک خواب۔

عورت کا بانجھ پن: عورت کا بانجھ پن بھی دو طرح سے ہوتا ہے۔ ایک تو یہ ہے کہ وہ قدرتی طور پر اولاد جنم دینے کے قابل نہ ہو اور دوسرا یہ ہے کہ وہ قدرتی طور پر تو ٹھیک ہو لیکن رحم میں کسی جن کی شرارت کی وجہ سے وہ بانجھ ہو جائے اور بچہ جننے کے قابل نہ ہو۔ اس کی شرارت کی ایک شکل تو یہ ہے کہ وہ اس کی پیداواری صلاحیت کلی طور پر ختم کر دے اور دوسری شکل یہ ہے کہ ابتدائی طور پر تو اس کے رحم میں حمل ٹھہر جائے لیکن چند ماہ بعد وہ رحم کی رگوں میں ایڑ لگا دیتا ہے جس سے عورت کو خون آنا شروع ہو جاتا ہے اور اس کا حمل ضائع ہو جاتا ہے اور صحیحین میں رسول اکرم ﷺ کا یہ فرمان موجود ہے کہ ''شیطان انسان کی رگوں میں خون کی طرح گردش کرتا ہے۔'' **(صحیح بخاری 2039)**

بانجھ پن کا علاج: صبح کے وقت سورۃ الصافات (پارہ 23) کی تلاوت کرے یا اس کی تلاوت سنتا رہے۔ سوتے وقت سورۃ المعارج (پارہ 29) کی تلاوت کرے یا اس کی تلاوت سن لے۔ کلونجی کے تیل پر یہ سورتیں پڑھیں: الفاتحہ، آیۃ الکرسی، سورۃ البقرۃ کی اور سورۂ آل عمران کی آخری آیات، سورۃ الفلق، سورۃ الناس۔ اس تیل کو مریض اپنے سینے، پیشانی اور پیٹھ کی ہڈیوں پر ملتا رہے۔ یہی آیات و سورتیں خالص شہد پر بھی پڑھیں جسے مریض صبح نہار منہ ایک چمچہ استعمال کرے۔

مندرجہ بالا علاج مریض کئی مہینے مسلسل کرتا رہے، انشاء اللہ شفاء نصیب ہوگی بشرطیکہ وہ اس دوران اللہ کی شریعت کی پابندی کرے۔

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں''، نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع، آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

نظام ایام خراب ❁ کندھوں میں درد ❁ دل متلاتا ہے ❁ معدہ میں تکلیف ❁ آنکھوں کے سامنے چنگاریاں ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

گھٹنوں اور جوڑوں میں درد

میری عمر 30 سال ہے۔ میرے گھٹنوں اور ٹخنوں میں بہت درد ہوتا ہے۔ اٹھنا بیٹھنا مشکل ہو گیا ہے۔ گھٹنوں اور جوڑوں سے چٹخنے کی آوازیں بھی آتی ہیں۔ انگلیوں کے جوڑ جوڑ میں درد رہتا ہے۔ ڈاکٹر کی دوا اور گھریلو ٹوٹکے بھی استعمال کیے مگر کچھ فائدہ نہیں۔ **(شاہدہ' اوکاڑہ)**

یہ گھنٹیا معلوم ہوتی ہے۔ کوٹھ کشمیری سفید خوشبودار شیریں کو باریک کرلیں اور دو انگلی کی چٹکی میں جتنی آجائے منہ میں ڈال کر پانی سے نگل لیں۔ صبح و شام یہ تدبیر دس دن کر کے مطلع کریں۔ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 6,5 استعمال کریں۔

چھینکیں آتی ہیں

مجھے بہت زیادہ چھینکیں آتی ہیں۔ زیادہ تر صبح کے ٹائم آتی ہیں۔ ٹھنڈی اور کھٹی چیزیں زیادہ کھالوں تو چھینکیں بہت زیادہ آتی ہیں۔ اصل میں میں کپڑے کی فیکٹری میں کام کرتا ہوں۔ وہاں روئی اور دھاگے کے ٹکڑے اکثر ناک اور منہ میں چلے جاتے ہیں جس کی وجہ سے یہ چھینکیں مجھے بہت زیادہ آتی ہیں۔ فیکٹری سے باہر نکلوں تو اتنی زیادہ چھینکیں نہیں آتی ہیں۔ **(حاجی اصغر' سرگودھا)**

مشورہ: یہ دمہ کے مرض کا آغاز ہے۔ تولیہ اور روئی' سیمنٹ کی فیکٹریوں میں کام نہ کریں یا کوئی ماسک استعمال کریں۔ غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

کندھوں میں درد

میرے دونوں کندھوں میں ہر وقت درد رہتا ہے۔ کبھی کبھی یہ درد سر میں اور کبھی ٹانگوں کی طرف منتقل ہو جاتا ہے لیکن زیادہ تر کندھوں میں ہی رہتا ہے۔ **(محمد قادر' لاہور)**

مشورہ: یہ درد شانہ معلوم ہوتا ہے۔ اس میں عام طور پر بعد میں کندھوں میں انجماد کی کیفیت پیدا ہو کر کندھوں میں ایک قسم کا لاک پیدا ہو جاتا ہے جس سے کندھے حرکت نہیں کر سکتے۔ اس کیفیت کو فروزن شولڈر کہا جاتا ہے۔ فی الحال دس لونگ سرسوں کے تیل میں جلا کر وہ تیل ملیں اور کپڑے سے سینکیں' اے سی سے بچیں' سرد اشیاء نہ کھائیں۔ غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

نظام ایام خراب

عرصہ ایک سال سے نظام ایام خراب ہے۔ ڈاکٹر صاحبہ بارہ گولیاں روز کھانے کو کہتی ہیں۔ پانی کی شکایت نہیں ہے نہ کوئی اور قابل ذکر شکایت ہے کیا اس مسئلے کو ایسے ہی چھوڑ دیا جائے یا علاج ضروری ہے۔ **(حنا ناز' راولپنڈی)**

مشورہ: ایک گلاس انار کا خالص جوس روزانہ پئیں' جس قدر ہو سکے دیسی آم کھائیں۔ بادام' کشمش' خالص شہد' بکرے کا عمدہ گوشت' پرند چرند خالص دیسی گھی میں بھون کر روٹی سے کھائیں۔ غذا نمبر 4,3 استعمال کریں۔

منہ کڑوا رہتا ہے

عرصہ تین ماہ سے منہ کڑوا ہے اور سینہ پر بوجھ رہتا ہے۔ ڈکاریں آتی ہیں۔ سر چکراتا ہے' نزلہ زکام نہیں ہے۔ گیس اکثر رہتی ہے۔ بادی کی چیزیں کھانے سے طبیعت زیادہ بگڑتی ہے۔ **(نازیہ لعل' کراچی)**

مشورہ: آپ گیس و تبخیر کورس مستقل مزاجی سے کم از کم 3 سے 5 پانچ استعمال کریں' اس دوران کھٹی اشیاء سے پرہیز کریں۔ صبح و شام واک بھی کریں۔ بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 5,6 استعمال کریں۔

دل متلاتا ہے

ہر وقت دل متلاتا رہتا ہے مگر الٹی نہیں ہوتی۔ کھانا بھی نہیں کھایا جاتا' منہ سے پانی جاری ہو جاتا ہے۔ ٹیسٹ نارمل ہیں۔ السر میں سوزش نہیں ہے۔ پیشاب میں جلن ہو جاتی ہے بلکہ اکثر ہوتی ہے۔ **(شریف الدین' لالہ موسیٰ)**

مشورہ: گنا چوسیں' سبزیاں پکا کر کھائیں۔ پیشاب ٹیسٹ کروائیں۔ گردوں کو چیک کروائیں۔ غذا نمبر 5,4 استعمال کریں۔

بازو کے بال اڑ گئے

کچھ دن ہوئے میں صبح سو کر اٹھا تیار ہو کر دفتر جا رہا تھا تو میری بیوی نے آستین کا کف لگاتے ہوئے دیکھا کہ بازو پر ایک روپے کے بقدر بال نہیں ہیں وہ جگہ ایسے چکنی ہے کہ جیسے وہاں کبھی بال تھے ہی نہیں۔ براہ مہربانی کوئی مناسب سا مشورہ دیں اور احتیاط بھی بتائیں۔ **(اکرم زیدی' قصور)**

مشورہ: تولیہ استعمال نہ کریں۔ نشان پر لہسن کا عرق لگائیں۔ انشاء اللہ بال واپس آجائیں گے فکرمند نہ ہوں۔

معدہ میں تکلیف

میرا مسئلہ معدے کا ہے۔ میرے خیال میں سب سے زیادہ تکلیف دہ بیماری یہی ہے۔ معدے میں اکثر تکلیف رہتی ہے۔ اسپغول کی بھوسی بھی استعمال کر رہی ہوں۔ اس سے معمولی فرق ہے۔ اس درد کی وجہ سے کبھی کبھی رات بھر نہیں سو سکتی۔ اب یہ درد آہستہ آہستہ گردوں کے دونوں طرف رہنے لگا ہے۔ پہلے صرف معدے میں تھا۔ (شائستہ' سکھر)

مشورہ: آپ نے ڈاکٹری دواؤں کی تفصیل نہیں لکھی۔ اگر ڈاکٹری دواؤں سے معدے میں سوزش ہے تو پہلے تو ڈاکٹری دواؤں سے جان چھڑائیں گیس تبخیر کورس پابندی سے کم از کم تین کورس استعمال کریں۔ 90 دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ غذا نمبر 5,4 استعمال کریں۔

درست تشخیص ضروری ہے

میری عمر 19 سال ہے۔ خون کی شدید کمی اور کمزوری ہے۔ میرا جسم گویا ہڈیوں کا ڈھانچہ ہے۔ مجھے تقریباً چھ سال سے لیکوریا ہے۔ میرے ماہانہ ایام کا نظام بھی ٹھیک نہیں خون کی زیادتی کی وجہ سے دن بدن کمزوری بڑھتی جا رہی ہے جس کے سبب اب میری نظر بھی بہت کمزور ہو گئی ہے۔ میرا وزن 39 کلو ہے جو عمر اور قد کے لحاظ سے بہت کم ہے اگر کوئی گرم چیز متواتر کھاؤں تو یہ شکایت بڑھ جاتی ہے۔ **(زاہدہ کوثر' فیصل آباد)**

مشورہ: سب سے پہلے تو خون کی زیادتی کا سبب معلوم کرنا چاہیے ممکن ہے رسولی بن رہی ہو' جب تک درست تشخیص نہ ہو جائے آم کی پرانی گٹھلی کا مغز نکال کر کوٹ چھان کر صاف خشک شیشی میں رکھیں اور وقت ضرورت آدھا گرام یہ دوا صبح و شام باسی پانی سے پھانک لیں۔ معمول کی غذا کھائیں۔ دو

اونس خالص دیسی تازہ مکھن توس پر لگا کر کھائیں۔شہد خالص دو تین چمچ کھائیں۔دودھ پئیں' بکرے کے گوشت میں سبزیاں ڈال کر دیسی گھی میں پکا کر کھائیں۔آم اور کالی چیری کھائیں۔ سخت کام مثلاً بوجھ اٹھانا اور جھک کر کام کرنے سے پرہیز کریں۔ دو تین ماہ کے بعد دوبارہ لکھیں۔ الٹرا ساؤنڈ کی رپورٹ سے مطلع کریں۔غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

دائمی نزلہ زکام

میری عمر تقریباً 30 سال ہے۔گزشتہ دس سال سے نزلہ زکام میں مبتلا ہوں۔نزلہ سر میں جم جاتا ہے جس کی وجہ سے بال بھی ٹوٹ رہے ہیں۔سر گنجا ہو گیا ہے۔میں گزشتہ پندرہ سال سے لیدر گارمنٹس میں کام کر رہا ہوں۔**(محمد اشرف' فیصل آباد)**

مشورہ: آپ شفائے حیرت سیرپ اور بنفشی قہوہ پابندی سے کم از کم 3 ماہ استعمال کریں۔بکرے کا قورمہ روٹی یا دیسی مرغ کا عمدہ شوربا روٹی آپ کیلئے مفید غذا ہے۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

آنکھوں کے سامنے چنگاریاں

مجھے تین ماہ تک بخار آیا جس کیلئے کئی بار ہسپتال میں داخل بھی رہا۔ملیریا کا علاج ہوا۔ٹائیفائیڈ کے کورس کیے مگر پھر بخار آ گیا۔آپ کو خط لکھا تو آپ نے ٹائیفائیڈ تشخیص کر کے اسی کا علاج لکھا جس سے الحمدللہ اب میں ٹھیک ہوں۔اب مسئلہ یہ ہے کہ میری آنکھوں کے سامنے چنگاریاں اڑتی معلوم ہوتی ہیں۔**(عبدالرشید' لاہور)**

مشورہ: غذا کے بعد گنا چوسیں' آنکھوں میں خالص عرق گلاب کے قطرے ٹپکائیں۔مرچ مصالحہ' انڈا' مرغی اور گائے کے گوشت کا استعمال کچھ دنوں کیلئے بند کر دیں۔غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

ذہنی نشوونما

میرے دو بیٹے ماشاءاللہ قرآن پاک حفظ کرنے کی سعادت حاصل کر رہے ہیں۔ ان کے ذہن کی نشوونما کیلئے کوئی بہترین نسخہ شائع فرما دیں۔**(سدرہ' کراچی)**

مشورہ: مغز بادام شیریں بیس تولہ' مغز تخم خیارین' مغز تخم کدو شیریں' مغز تخم تربوز' مغز تخم خربوزہ ہر ایک تین تولہ' پوست بہیڑہ' آملہ خشک' ہلیلہ سیاہ' ہر ایک دو تولہ' بادیان دس تولہ' خشخاش سفید ساڑھے سات تولہ۔تمام دوائیں عمدہ اور تازہ ہوں زیادہ پرانی نہ ہوں۔ان سب کو کوٹ چھان کر آدھ سیر چینی ملا کر ایک یا دو چائے کے چمچ صبح دودھ سے پھانک لیا کریں۔مگر خیال رہے کہ نزلہ زکام' ریشہ بلغم والے مریض کو یہ دوا نہ دیں۔بلڈ پریشر کم رہتا ہو تب بھی یہ دوا نہیں کھانی چاہیے۔غذا نمبر 3,2 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

مٹر، لوبیا، ارہر، موٹھ، ہرا چھولیا، کچنار، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیموں، مربہ، آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکنجبین، جامن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی بیسن والی، چنے، کریلے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے کباب، پیاز، کڑہی، بیسن کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (منقی)، بیسن کا حلوہ، عناب کا قہوہ

غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پالک، ساگ، بینگن، پکوڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کیچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشاوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیزپات، کلونجی، کھجور، خوبانی خشک۔

غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ادرک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ادرک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرے کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیسی گھی، پپیتہ، کھجور تازہ، خربوزہ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

غذا نمبر 5

کدو، ٹینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امرود، گرما، سردا، خربوزہ پھیکا مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار کا جوس، انار شیریں، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوجی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی بسکٹ کسٹرڈ، جیلی، برفی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت بزوری، شربت بنفشہ

غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، مکھن، میٹھی لسی، الائچی بہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، مسمی، میٹھا، اپیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آئس کریم، فالودہ، فروٹر، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لسوڑھے کا اچار، بگوگوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکرقندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کتیرا اور بالنگو، سیب

غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا رائتہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دہی بھلے، آلو چھولے، مکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انناس، رس بھری

سانولی رنگت اور حسن میں نکھار

فوزیہ سلطانہ

آپ کے خوبصورت نظر آنے میں کلر سے زیادہ جس چیز کا دخل ہوتا ہے وہ ہے آپ کی خود اعتمادی۔ اگر آپ میں حد درجہ خود اعتمادی کا عنصر موجود ہے اور آپ اپنی ذات سے مطمئن ہیں تو آپ ذرا سے بناؤ سنگھار اور تھوڑی سی توجہ سے خوبصورت نظر آسکتی ہیں

حسن اور صحت کا آپس میں بہت گہرا تعلق ہے۔ وہ خواتین جن کی صحت اچھی ہو' جلد شگفتہ و تروتازہ ہو ان کے نین نقش خواہ کیسے ہی ہوں' دیکھنے والے کو ضرور اپنی جانب متوجہ کر لیتی ہیں اور یہ کہنا غلط نہیں ہے کہ حسن کی بنیاد ہی صحت پر ہے۔ صحت مند رہنے کیلئے آپ کو متوازن غذا کے ساتھ ساتھ 24 گھنٹوں میں سے کم از کم 8 گھنٹے کی پرسکون نیند لینی چاہیے کیونکہ اگر آپ کی نیند پوری نہ ہو تو طبیعت میں بے چینی رہتی ہے۔ کوئی کام بھی آپ پوری توجہ کے ساتھ نہیں کرسکتیں اور آہستہ آہستہ یہ بے چینی اور آنکھوں کا بوجھل پن آپ کی طبیعت کا مستقل حصہ بن جاتا ہے اور پھر آپ کی آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں کا دائرہ گہرا اور وسیع ہونے لگتا ہے اور چہرے پر تناؤ کی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس لیے جلد کو تروتازہ اور خود کو مکمل طور پر صحت مند رکھنے کیلئے روزانہ روٹین میں آپ کو پوری نیند لینی چاہیے لیکن اکثر خواتین کے ساتھ یہ مسئلہ ہوتا ہے کہ انہیں نیند آتی ہی نہیں یا نیند کم آتی ہے اور جب وہ نیند پوری نہیں لیتیں تو ان کی طبیعت بوجھل رہتی ہے کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ ان میں اکثر خواتین 'سلیپنگ پلز'' لے کر سونے کی کوشش کرتی ہیں۔ عام گھریلو خواتین کو اگر نیند کے سلسلے میں کچھ مسئلہ ہو تو انہیں مندرجہ ذیل باتوں پر عمل کرنا چاہیے۔

☆ سونے کیلئے سب سے پہلے ایک روٹین بنالیں کہ رات کو جلدی سونے اور صبح جلدی بیدار ہونے کی عادت ڈالیں۔ رات کو جب سونے کیلئے آپ بستر پر لیٹیں تو کسی بھی قسم کی ذہنی پریشانی یا کوئی گھریلو مسئلہ جو آج کل آپ کو پریشان کیے ہوئے ہو۔ اسے ذہن میں بالکل نہ دہرائیں بلکہ کوشش کریں کہ اگر ذہن میں آبھی جائے تو دھیان بدل لیں اور اس طرح کی تمام پریشانیاں اور الجھنوں کے مسائل کا حل اللہ تعالیٰ کی ذات پر چھوڑ کر تھوڑی دیر کیلئے ذہن کو سکون دیں۔ آپ خود محسوس کریں گی کہ دماغ پر موجود بوجھ میں کمی واقعہ ہوئی ہے۔

☆ بیڈ روم میں موجود چیزیں ایسی ہونی چاہئیں جن سے لطافت کا احساس ہو۔ طبیعت پر بوجھل پن میں اضافہ نہ ہو' خاص طور پر سونے کیلئے بستر کا انتخاب ایسا ہو کہ لیٹتے ہی ذہنی وجسمانی سکون کا احساس ہو' اس سلسلے میں خاص بات یہ کہ تکیہ نہ بہت زیادہ اونچا ہو کہ گردن کے پٹھوں میں کھنچاؤ پیدا ہو اور نہ ہی اتنا نیچا ہو کہ سانس لینے میں دشواری پیش آئے۔

☆ کوشش کریں کہ بیڈ روم کے اردگرد شور کی آوازیں سنائی نہ دیں یہ مسئلہ صرف ان خواتین کیلئے ہے جن کو نیند کم آتی ہے۔ اس لیے انہیں چاہیے کہ بیڈ روم کا انتخاب پرسکون والے کمرے میں کریں جہاں بیرونی شور کی آوازیں کم سنائی دیں۔

☆ سونے سے پہلے زبانی مختصر قرآنی آیات کا ورد کر کے سوئیں تو بھی نیند بہت ہی پرسکون آتی ہے۔

☆ لیکن ان سب کے باوجود اگر خواتین نیند کے مسئلے سے دوچار ہوں تو انہیں چاہیے کہ تھوڑی سی خشخاش کو پیس کر رکھ لیں اور بستر پر لیٹنے سے ایک ڈیڑھ گھنٹہ پہلے ایک چمچ خشخاش کے سفوف کو ایک کپ دودھ کے ساتھ کھائیں ایک ہفتہ یہ عمل کرنے سے آپ محسوس کریں گی کہ آپ کتنی بھرپور اور مکمل نیند لے رہی ہیں جب آپ کی نیند پوری ہوگی تو آپ اگلے روز کام کرنے کیلئے فریش اور ہشاش بشاش نظر آئیں گی۔ یعنی چہرے کی تازگی اور شگفتگی برقرار رکھنے کیلئے نیند ایک لازمی امر ہے۔

سانولی رنگت کیلئے فاؤنڈیشن

کسی بھی تقریب میں شرکت کیلئے سب سے زیادہ مسئلہ سانولی رنگت والی خواتین کیلئے ہوتا ہے کیونکہ اس میں سے اکثر لڑکیاں تو کلر کمپلیکشن کا شکار ہوتی ہیں جس کی وجہ سے انہیں فکر لاحق رہتی ہے کہ ہم محفل میں گوری اور خوبصورت لڑکیوں کی طرح نظر نہیں آسکتیں اور وہ مسلسل احساس کمتری کا شکار رہتی ہیں لیکن عقلمند اور ذہین لڑکیاں کبھی بھی کلر کی وجہ سے احساس محرومی کا شکار نہیں ہوتیں بلکہ آپ کے خوبصورت نظر آنے میں کلر سے زیادہ جس چیز کا دخل ہوتا ہے وہ ہے آپ کی خود اعتمادی۔ اگر آپ میں حد درجہ خود اعتمادی کا عنصر موجود ہے اور آپ اپنی ذات سے مطمئن ہیں تو آپ ذرا سے بناؤ سنگھار اور تھوڑی سی توجہ سے خوبصورت نظر آسکتی ہیں۔

سانولی رنگت کیلئے سب سے پہلے تو گھریلو اور آسان ترین نسخہ یہ ہے کہ صبح نہار منہ تھوڑی سی پالک کو ابال کر اس کا عرق ایک ہفتہ تک مسلسل استعمال کریں۔ چند روز میں ہی آپ اپنی رنگت میں واضح فرق محسوس کریں گی۔

گوری رنگت کیلئے آج کل کی لڑکیاں بلیچ کریم کا استعمال بہت زیادہ کرتی ہیں اس سے رنگت تو شاید سفید ہو جاتی ہے لیکن مسلسل استعمال سے چہرے پر بال بہت زیادہ نکل آتے ہیں اور پھر مجبوراً خواتین کو تھریڈنگ شروع کرنی پڑتی ہے۔ بلیچ کریم اور فیشل کا استعمال 20 سال کی عمر سے پہلے کبھی نہیں کرنا چاہیے کیونکہ اگر چھوٹی عمر میں بلیچ کریم اور فیشل وغیرہ کا استعمال شروع کر دیا جائے تو کم عمری میں ہی چہرے پر سے شادابی اور شگفتگی کے آثار کم ہونا شروع ہو جاتے ہیں اور چہرے پر پختگی جھلکنے لگتی ہے اس لیے ٹین ایجر بچیوں کو بلیچ کریم کی نسبت چہرے پر روٹین میں لیموں ملنا چاہیے اس کے مسلسل استعمال سے بھی رنگت سفید ہوتی اور نکھرتی ہے اور برے اثرات بھی سامنے نہیں آتے۔ لیکن وہ خواتین جنہیں لیموں سے الرجک ہو وہ اس کے استعمال سے گریز کریں۔ سانولی رنگت پر کسی بھی پارٹی میک اپ کیلئے ہمیشہ فاؤنڈیشن استعمال کرنے سے پہلے برف کے کیوبز تین چار منٹ تک چہرے پر ملیں تا کہ فاؤنڈیشن کافی دیر تک ویسی ہی رہے اور گرمیوں میں تو ہمیشہ میک اپ کرنے سے پہلے برف کے کیوبز چہرے پر لگائیں تا کہ فاؤنڈیشن لگانے کے بعد چہرے پر پسینہ نہ آئے۔ ورنہ پسینے کی صورت میں فاؤنڈیشن پگھل کر رنگت اور کالی ہو جاتی ہے۔ ہمیشہ اچھے برانڈ کی فاؤنڈیشن کا انتخاب کریں۔

اب اپنے کپڑوں کی مناسبت سے دیکھیں کہ فاؤنڈیشن میں آپ نے براؤن' پیلا' گلابی کونسا شیڈ استعمال کرنا ہے اگر تقریب دن کے وقت ہے تو ہلکا گلابی' پیلا شیڈ استعمال کریں اور پف کو پہلے پانی میں ہلکا سا بھگو کر پھر استعمال کریں اگر آپ لیکوئیڈ فاؤنڈیشن استعمال کر رہی ہیں تو اسے دونوں ہاتھوں پر مل کر چہرے پر نیچے سے اوپر کی طرف لگائیں اور اس طرح لگائیں کہ فاؤنڈیشن جلد میں اچھی طرح جذب ہو جائے۔ جب ساری فاؤنڈیشن جلد میں جذب ہو جائے تو پھر تھوڑی سی فاؤنڈیشن دوبارہ لیکر اپلائی کریں اور یہی عمل دوبارہ دہرائیں۔ خاص طور پر ناک کے اطراف' کان کے پاس اور نیچے گردن تک لگائیں تا کہ چہرے اور گردن کا رنگ ایک جیسا لگے۔ جب یہ فاؤنڈیشن اچھی طرح مکس ہو کر آپ کی جلد کا حصہ بن جائے تو اس کے بعد پاؤڈر کی ہلکی سی تہہ لگائیں لیکن احتیاط رہے کہ پورے چہرے پر یکساں طور پر اپلائی کیا ہوا نظر آئے ماتھے اور ٹھوڑی پر تیز اور ہلکے پاؤڈر کے دھبے نہ بنیں۔

یاد رکھیں! فاؤنڈیشن آپ کے چہرے کے میک اپ میں بنیادی حیثیت رکھتی ہے اگر فاؤنڈیشن مناسب طریقے سے نہ لگائی جائے یا اس میں کوئی خرابی رہ جائے تو آپ نے خواہ کتنی ہی عمدہ لپ اسٹک اور آئیز میک اپ کیا ہو کچھ بھی منفرد نہیں لگے گا اگر آپ کی فاؤنڈیشن اچھی عمدہ اور لگانے کی تکنیک بہترین ہوگی تو بے شک آپ انتہائی خوبصورت خواتین کی محفل میں کسی بھی حسینہ کا مقابلہ باآسانی کرسکتی ہیں۔ یہ بات مدنظر رکھیں کہ آپ کا حسن آپ کے شوہر کیلئے ہونا کہ محفل کیلئے......!!!

انمول خزانے سے زندگی سکھی ہوگئی

نعیم سلیم' پنڈی بھٹیاں

غرضیکہ اس وظیفہ کی برکت سے ہمیں دین کی دولت مل گئی دنیاوی آسانیاں تو مل ہی رہی ہیں دین کیلئے ہم راغب ہوگئے ہیں۔ پہلے جہاں ہم گھر والے صبح نو دس بجے سوکر اٹھتے تھے اب اذان فجر کے ساتھ ہی ہم بیدار ہوجاتے ہیں اور گزرے وقت کے متعلق پچھتاوا ہوتا ہے

چھ ماہ قبل میں عصر کی نماز کی ادائیگی کے بعد باہر نکلا تو ایک بک سٹال کے پاس کھڑا ہوگیا اور کتابوں پر نظر دوڑانے لگا اچانک میری نگاہ دو انمول خزانے پر پڑی میں نے وہ کتاب اٹھالی۔ جب میں نے آخر میں اجازت نامہ پڑھا تو مجھے خوشی ہوئی اور میں نے وہ کتاب خرید لی۔ میں نے اور میری بیوی نے اسے پڑھنا شروع کردیا۔ میں ہر فرض نماز کے بعد پڑھتا ہوں اور میری بیوی 21 مرتبہ اور 313 مرتبہ والا عمل روزانہ کرتی ہے۔ محترم حکیم صاحب! وظیفہ پڑھنے سے قبل ہم بہت سے مسائل ومشکلات کا شکار تھے جن میں سے کچھ مسائل اور مشکلات موجود ہیں اور کچھ حل ہورہے ہیں اور کچھ حل ہوچکے ہیں۔ اس سے قبل ہمیں بہت تنگی تھی۔ ہروقت غصہ' چھوٹی چھوٹی باتوں پر لڑائی جھگڑا کرنا' دشمنوں کے اوپر تلے دن رات مسلسل وار جوکہ ہمارا سب سے بڑا مسئلہ تھا۔ دشمنوں کے جادو تعویذات کے دن رات کے وار سے ہم نیم پاگل ہوگئے تھے اور اب بھی چکر چلتے ہیں مگر پہلے والی حالت نہیں ہے۔ ہم سوتے جاگتے اٹھتے بیٹھتے انتہائی ذہنی اذیت کا شکار تھے۔ بظاہر تو کوئی بات نہ ہوتی تھی لیکن ہمارے دل ودماغ میں ہروقت اشتعال' خوف اور غصہ سے بھرے رہتے تھے۔ دل ہی دل میں دوسروں کو گالیاں دینے اور لڑنے مارنے پر تیار رہتے ہیں۔

لیکن جب سے ہم نے دو انمول خزانے پڑھنے شروع کیے اللہ تعالیٰ کی غیب سے مدد آنی شروع ہوگئی۔ فریج کیلئے ہم گزشتہ کئی سالوں سے ترس رہے تھے کہ گھر میں جگہ کی تنگی کی وجہ سے نہیں خرید رہے تھے۔

دوسری گھریلو اشیاء الیکٹرانک کا سامان کہ جن کی روزمرہ گھریلو امور میں اشد ضرورت ہوتی ہے لیکن ہم صرف ترس کر رہ جاتے' موسمی پھلوں کا جوس وغیرہ کیلئے ہمارا دل چاہتا تھا لیکن مشینیں نہ ہونے کے سبب ایسا ممکن نہ تھا لیکن اس وظیفہ کی برکت سے اوپر تلے ہمیں بڑے سائز کا فریج بھی اللہ نے دیدیا۔ تین چار قسم کی الیکٹرانک مشینیں بھی یکدم اللہ نے دے دیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ جس دشمن کے ہاتھوں ہم بہت سخت تنگ تھے اسے اپنی ایسے پڑی کہ اس کا ساتھی انتہائی معذوری کی حالت کو پہنچ گیا ہے اور اس سے وہ ایک منٹ کیلئے بھی آگے پیچھے نہیں ہٹ سکتا۔ وہ جن کے ساتھ مل کر ہمیں تنگ کرتا تھا اب وہ آپس میں ایک دوسرے کے دشمن بن گئے ہیں۔

غرضیکہ اس وظیفہ کی برکت سے ہمیں دین کی دولت مل گئی دنیاوی آسانیاں تو مل ہی رہی ہیں دین کیلئے ہم راغب ہوگئے ہیں۔ پہلے جہاں ہم گھر والے صبح نو دس بجے سوکر اٹھتے تھے اب اذان فجر کے ساتھ ہی ہم بیدار ہوجاتے ہیں اور گزرے وقت کے متعلق پچھتاوا ہوتا ہے اب ہروقت قبر' موت کی منزل اور حشر کی منزل کی آسانیوں کیلئے رب کائنات سے رو رو کر التجائیں منہ سے نکلتی ہیں کہ اے رب! ہمیں ایمان کی سلامتی کے ساتھ دنیا سے اٹھانا اور ہمارا حشر نیک لوگوں کے ساتھ ہو۔ اس وظیفہ کی برکت سے ہمارے اندر فلمیں' گانے اور بے ہودہ ڈرامے دیکھنے سے سخت نفرت ہوگئی ہے۔ گفتگو کرنے کی ہم دونوں میاں بیوی کی حالت یہ ہوگئی ہے کہ کوئی فضول جملہ ہم ادا نہیں کرتے اور آپس میں صرف کام کی بات کرتے ہیں جبکہ باقی وقت ذکر میں مشغول رہنے کی کوشش کرتے ہیں۔

غیبت کرنی چھوڑ دی ہے اور مجبوراً کوئی بات کرنی پڑ جائے تو ایک دوسرے کو روکتے رہتے ہیں۔ قرآن پاک میں دلچسپی بڑھ گئی ہے اب تھوڑا پڑھتا ہوں لیکن جتنا پڑھتا ہوں ترجمے کے ساتھ اور اس سے دل پر بہت اثر ہوتا ہے۔

الحمدللہ! ہم ہروقت اللہ سے دعا کورہتے ہیں کہ اے اللہ ہمیں سیدھے رستے سے مت ہٹانا اور ہمیں ایسا بنادے کہ تو ہم سے راضی ہوجا۔ آنے والی مصیبتوں سے بچنے کیلئے بھی قبل ازوقت کسی نہ کسی ذریعے سے اللہ تعالیٰ آگاہ کردیتے ہیں اور بعد میں پتہ چلتا ہے کہ شکر ہے کہ ہم نے اس بات پر عمل کیا ورنہ رسوائی وذلت اور پریشانی اٹھانا پڑتی۔ ان سب باتوں کا لکھنے کا مقصد یہ ہے کہ جو قارئین یہ وظیفہ پڑھ رہے ہیں ان میں مزید شوق اور تجسس پیدا ہو۔ خدارا کسی وظیفہ کو محض دنیاوی مقاصد کیلئے اور دنیا حاصل کرنے کی نیت سے نہ پڑھیں بلکہ سب سے پہلے خلوص دل کے ساتھ نیک نیت باندھ لیں کہ ہم نے اللہ کو راضی کرنا ہے جب یہ نیت ہوگی تو دنیا آپ کے قدموں میں خود بخود آنا شروع ہوجائیگی۔ میرا یہ ذاتی تجربہ ہے۔

یہ اسلام نہیں

مولانا وحیدالدین خان

رسول اللہ ﷺ اور آپ کے اصحاب جب بیت اللہ میں جاتے تو وہ لوگ وہاں آکر شوروغل کرتے۔ سیٹی بجاتے اور تالیاں پیٹتے

ایک مقام پر رمضان کے زمانہ میں فساد ہوگیا۔ وہاں کے ایک صاحب سے میری ملاقات ہوئی میں نے واقعہ کی تفصیل پوچھی۔ انہوں نے بتایا کہ رات کا وقت تھا مسلمان مسجد میں تراویح کی نماز پڑھ رہے تھے اتنے میں سڑک سے شوروغل سنائی دیا۔ معلوم ہوا کہ دوسری قوم کے لوگوں کی بارات گزر رہی ہے اور جگہ جگہ رک کر گاتی بجاتی ہے۔ اس وقت مسجد سے نکل کر کچھ مسلمان سڑک پر آئے اور جلوس والوں سے کہا کہ آپ لوگ یہاں شور نہ کریں کیونکہ مسجد کے اندر ہماری نماز ہورہی ہے مگر وہ نہیں رکے۔ بس اس پر تکرار ہوئی اور بڑھتے بڑھتے فساد ہوگیا۔

میں نے کہا یہ تو آپ لوگوں کا طریقہ ہے۔ اب میں آپ کو بتاتا ہوں کہ اس معاملہ میں رسول اللہ ﷺ کا طریقہ کیا تھا۔ میں نے کہا کہ آپ جانتے ہیں کہ ابتدائی زمانہ میں مکہ پر اور بیت اللہ پر مشرکین کا قبضہ تھا۔ وہ لوگ رسول اللہ کو اور آپ کے ساتھیوں کو طرح طرح سے ستاتے تھے۔ اسی میں سے ایک یہ تھا کہ رسول اللہ ﷺ اور آپ کے اصحاب جب بیت اللہ میں جاتے تو وہ لوگ وہاں آکر شوروغل کرتے۔ سیٹی بجاتے اور تالیاں پیٹتے اور کہتے کہ یہ ہمارا عبادت کا طریقہ ہے۔ قرآن میں بتایا گیا ہے" اور بیت اللہ کے پاس انکی نماز اسکے سوا کچھ نہ تھی کہ سیٹی بجانا اور تالی پیٹنا تو اب عذاب چکھو اپنے انکار کی وجہ سے" **(الانفال 35)**

حضرت عبداللہ بن عمرؓ نے کہا کہ مکہ کے مشرکین اپنے رخسار زمین پر رکھتے اور تالی بجاتے اور سیٹی بجاتے۔ وہ ایسا اس لیے کرتے تھے کہ رسول اللہ ﷺ کی نماز کو گڈمڈ کردیں اور زُھری نے کہا کہ وہ مسلمان کا مذاق اڑانے کے لیے ایسا کرتے تھے۔ رسول اللہ ﷺ مکہ میں 13 سال تک رہے وہاں مسلسل آپ ﷺ کیساتھ وہ سلوک کیا جاتا رہا جس کا ذکر اوپر کے اقتباسات میں آیا ہے مگر کبھی ایسا نہیں ہوا کہ آپ ﷺ نے اس کیخلاف کوئی احتجاج یا جوابی کارروائی کی ہو۔ آپ ﷺ اس قسم کی تمام باتوں پر یکطرفہ طور پر صبر کرتے رہے۔ مشرکوں کے شوروغل پر آپ ﷺ کا چپ رہنا خوف کے تحت نہیں بلکہ منصوبہ کے تحت تھا۔ آپ ﷺ اللہ کے پیغام کی پیغام رسانی کرنا چاہتے تھے اس لیے آپ ﷺ نے ضروری سمجھا کہ جھگڑے اور ٹکراؤ والی باتوں سے اپنے آپ کو دور رکھیں۔ یہاں تک کہ وہ وقت آیا کہ اللہ نے حالات میں تبدیلی فرمائی اس کے بعد مشرکین کے شور کا بھی خاتمہ ہوگیا اور خود مشرکین کا بھی۔

بہترین بیوی بننے کے گر

ڈاکٹر فرخندہ، کراچی

قابل محبت عورت کبھی مکر اور منافقت سے کام نہیں لیتی جب اس کو کوئی بات ناگوار گزرتی ہے تو وہ اس کو دل میں رکھ کر اپنا غصہ نکالنے کے مواقع تلاش نہیں کرنے لگتی بس وہ یہ کرتی ہے کہ جو بات اچھی نہیں لگی اس کا اظہار کر دیتی ہے

وہ کون سی چیز ہے جو بیوی کو محبوبہ بنا دیتی ہے؟؟؟ اس سوال پر بحث کی جائے تو یقین کیجئے وہ کبھی ختم نہ ہوگی۔ وجہ اس کی سیدھی سادی ہے اور وہ یہ ہے کہ اس موضوع پر ہر شخص کے پاس کہنے کو کچھ نہ کچھ ضرور ہوگا اور وہ اپنی رائے ظاہر کرنے پر اصرار بھی کرے گا۔

آیئے ہم یہاں روبن صاحب کی مدد سے ان خوبیوں کی ایک فہرست بنالیں جو عورت کو قابل محبت بناتی ہے:۔

اچھی ماں: اکثر مردوں کو شریک کار سے زیادہ اچھی ماں کی تلاش ہوتی ہے۔ یہ وہ نتیجہ ہے جو درجنوں ماہرین نفسیات نے عورتوں اور مردوں کے دل و دماغ کی گہرائیوں کا مطالعہ و تجزیہ کرنے کے بعد اخذ کیا ہے۔ مرد ایسی بیوی چاہتا ہے جو اس کی ہر لحاظ سے دیکھ بھال کرے اس کی فراہم کردہ تمام اشیاء (لباس، موٹر، دولت وغیرہ) کی قدر کرے۔ ان کی اہمیت سمجھے اور ان سے لطف اٹھائے۔ شریک حیات کے روپ میں اچھی ماں تلاش کرنے والے مردوں کا معاملہ یہ ہے کہ اگر بیوی کسی معاملے میں ان کی سرپرستی کرنے میں کوتاہی برتے تو وہ روٹھ جاتے ہیں۔ انگلیاں اٹھانے لگتے ہیں اور بیوی کو قابل محبت سمجھنے سے گریزاں ہو جاتے ہیں۔ ایسے مرد چاہتے ہیں کہ بیوی ان کے پلے سے بندھی رہے جب وہ گھر میں قدم رکھیں تو وہ سارے کام چھوڑ کر بس ان کے پاس بیٹھی رہے۔ بیوی کے اس قسم کے طرز عمل سے ان کو دلاسہ ملتا ہے کہ ان کو چاہا جا رہا ہے۔ ان کی پرواہ کی جارہی ہے۔

اصل میں ان شوہروں کی نفسیاتی الجھن یہ ہوتی ہے کہ وہ بیوی کے محتاج تو ہوتے ہیں مگر اس حقیقت کو قبول کرنے کا ان میں حوصلہ نہیں ہوتا۔ وہ سمجھتے ہیں کہ اس امر کا اعتراف کرنے سے ان کی توہین ہوگی۔ ان کو کمتر قسم کا مرد سمجھا جائے گا اور ان کا مذاق بھی اڑایا جائیگا۔ اس سے بچنے کیلئے وہ نہ صرف دوسروں کو بلکہ اپنے آپ کو بھی یہ یقین دلاتے رہتے ہیں کہ بیوی اور اہل خانہ پر ان کی حاکمیت پوری طرح قائم ہے۔ قابل محبت بیوی کو شوہر کی اس الجھن کا علم ہوتا ہے لہٰذا وہ اس کو کبھی یہ احساس نہیں ہونے دیتی کہ وہ بیوی پر دارومدار رکھتا ہے اور آزادانہ کردار ادا کرنے کے حوصلے سے محروم ہے۔ چنانچہ مثال کے طور پر بیوی ایسے شوہر کیلئے کپڑے جوتے اور استعمال کی دوسری چیزیں شوہر کیساتھ جا کر خرید کراتی ہے یہ اشیاء وہ اپنی پسند کے مطابق خریدتی ہے مگر شوہر کو بھی یہ تاثر دیتی ہے کہ یہ وہ چیزیں ہیں جو اس کو پسند ہیں اور اس کی پسند کو مدنظر رکھ کر خریدی گئی ہیں۔

صاف دلی: قابل محبت عورت کبھی مکر اور منافقت سے کام نہیں لیتی جب اس کو کوئی بات ناگوار گزرتی ہے تو وہ اس کو دل میں رکھ کر اپنا غصہ نکالنے کے مواقع تلاش نہیں کرنے لگتی بس وہ یہ کرتی ہے کہ جو بات اچھی نہیں لگی اس کا اظہار مناسب موقع پر مناسب انداز میں کر دیتی ہے۔ جو دل میں ہوتا ہے کہہ دیتی ہے بات جہاں شروع ہوتی ہے وہیں ختم ہو جاتی ہے۔ وہ کوتاہی اور غلطی کو معاف کر دیتی ہے اور بھول جاتی ہے۔ وہ شوہر کو جنسی لطف سے محروم کر کے سزا دینے کا خیال کبھی ذہن میں نہیں لاتی اور نہ ہی خود کو شوہر کے سپرد کرنے کو انعام یا صلہ سمجھتی ہے۔

پہل: قابل محبت عورت کو یہ پتہ ہوتا ہے کہ عورت ''نہ'' کہنے کا حق رکھتی ہے۔ لہٰذا وہ شوہر کو ایسے اشارے دیتی ہے جو ''ہاں'' پر دلالت کرتے ہیں۔ ان اشاروں کا پیغام یہ ہوتا ہے کہ اگر تم مجھ سے پوچھو تو میں ہاں کہوں گی۔ پہلا قدم اس کو بھی اٹھانا چاہیے مگر وہ اس انداز سے پہلا قدم اٹھاتی ہے کہ یوں گمان ہوتا ہے کہ گویا پہل شوہر نے کی ہو۔

برداشت: قابل محبت بیوی کو بخوبی علم ہوتا ہے مرد عام طور پر کسی قسم کی خواہش کو برداشت کرنے کا زیادہ حوصلہ نہیں رکھتے۔ جونہی خواہش پیدا ہوتی ہے وہ اس کی تسکین چاہتے ہیں۔ چنانچہ قابل محبت بیوی اپنے اس علم سے مثبت انداز میں فائدہ اٹھاتی ہے۔

جنس: قابل محبت عورت جانتی ہے کہ اس کے شوہر کی زندگی میں جنس بہت اہم رول ادا کرتی ہے لہٰذا اس کو یہ بھی علم ہوتا ہے۔ ساتھی کے طور پر اس کے شوہر کی اہلیت کا زیادہ دارومدار اس امر پر ہے کہ وہ خود شوہر کو اپنی ضروریات کے متعلق بتائے۔ وہ اس کو بتائے کہ کون سی بات سے اس کو لطف ملتا ہے اور تسکین حاصل ہوتی ہے۔ صرف ایسی صورت میں شوہر کی جنسی کارکردگی بہتر ہو سکتی ہے جب شوہر کو معلوم ہوگا کہ وہ بیوی کی تسکین کس طرح کر سکتا ہے اور اس کیلئے لطف و مسرت کا وسیلہ کس طرح بن سکتا ہے تو یہ بات خود اس کیلئے خوشی کا باعث بنے گی۔ اس عورت کو معلوم ہوتا ہے کہ شوہر کو انکار کیا جائے تو وہ محسوس کرتا ہے کہ گویا اس کو دھتکارا گیا ہے لہٰذا وہ شوہر کے تقاضے پر نہ چاہتے ہوئے بھی پرجوش ساتھی بن جاتی ہے۔

قابل محبت بیوی کو خبر ہوتی ہے کہ اگر اس نے اپنے نسوانی حسن و دلکشی کی دیکھ بھال چھوڑ دی اپنے آپ کو نظرانداز کرنا شروع کر دیا تو شوہر کو یہ تاثر ملے گا کہ وہ جنس سے بے نیاز ہوگئی ہے اور نتیجے کے طور پر اس نے شوہر کی پرواہ کرنا بھی چھوڑ دی ہے۔ وہ یہ بھی جانتی ہے کہ شوہر بیویوں کی جنسی گرم جوشی کی قدر کرتے ہیں اور اس پر ناز کرتے ہیں۔ لہٰذا بیویاں اپنی جنسی کشش بڑھانے کی کوشش کریں تو ان کو اچھا لگتا ہے۔ اس لیے قابل محبت بیوی اپنے آپ کو صحت مند، سمارٹ اور پرکشش رکھتی ہے۔

یہ بات قابل محبت بیوی سے پوشیدہ نہیں ہوتی کہ اس کی طرح اس کا شوہر محبت کا بھوکا ہوتا ہے جب بیوی اس کے کام، مقاصد اور مشاغل میں حصہ لیتی ہے تو وہ خوش ہوتا ہے بیوی کو یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ شوہر کو کوئی ایسا فرد چاہیے جو اس کی باتیں ہمدردی اور شوق سے سن سکے۔ وہ شوہر کی یہ خواہش خود پوری کر دیتی ہے۔

رقیب: قابل محبت بیوی اس حقیقت کو کسی خفگی اور آزردگی کے بغیر قبول کر لیتی ہے کہ اس کا مرد دوسرے مردوں کی رفاقت کا طلب گار ہوتا ہے وہ اس کو فطری ضرورت سمجھتی ہے۔ وہ جانتی ہے کہ اس کے دوستوں کا ایک حلقہ ہے وہ سب مل کر بیٹھتے ہیں ہنستے کھیلتے ہیں، گپ بازی کرتے ہیں۔ وہ عورت ان مشغلوں کو اپنے بچوں کے کھیل کی طرح قبول کرتی ہے۔ وہ شوہر کے دوستوں کو اپنا رقیب نہیں سمجھتی۔

گلے شکوے: قابل محبت عورت جانتی ہے کہ مرد دوسروں کے ہاتھوں میں کھلونا بننا پسند نہیں کرتے۔ وہ نہیں چاہتے کہ دوسرے لوگ ان کو ناجائز طور پر استعمال کریں، ان کے ساتھ چالبازی سے کام لیں یا پھر دھونس کے ذریعے ان سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں۔ عام عورتوں کا رویہ یہ ہوتا ہے کہ شوہر دہلیز پر قدم رکھتا ہے تو وہ گلے شکوے اور قسمت کا رونا شروع کر دیتی ہیں۔ ان کے پاس مسائل کی پوری فہرست ہوتی ہے اور موقع محل دیکھے بغیر اس فہرست کو دہرانے لگتی ہیں۔ ایسی عورتیں گھر کو جہنم بنا دیتی ہیں۔ شوہر ان پر توجہ دینے کی بجائے ان سے دور ہونے لگتا ہے۔

وضو میں پیروں کو دھونا اور جدید تحقیق

پیروں سے پیٹ' مثانہ' گردے' تلی' پتے اور جگر کا تعلق ہوتا ہے اور پیر کے تلووں کا ہتھیلیوں کی طرح تمام اعصاب خاص طور پر تمام غدود سے تعلق رہتا ہے جس کی وجہ سے بھوک کی کمی' تیز بخار' اسہال' نکسیر' عرق النساء' گھٹیا' بواسیر' چکر' جنسی کمزوری' قبض' دم پھولنا اور یرقان سے آرام ہوتا ہے

پاؤں دھونا

پاؤں دھونے سے پاؤں کی صفائی ہوتی ہے اور اس سے انسان پاک وصاف ہوجاتا ہے۔اس سارے عمل کیدوران انسان کی آدھے سے زیادہ جسم کی صفائی ہوجاتی ہے اور تمام صلاحتیں تیز ہوجاتی ہیں۔

دنیا کے تمام سائنسدانوں نے اس بات پر تحقیق کی ہے کہ کون سے مذہب کے لوگ زیادہ طاقتور' صحت اور جسمانی لحاظ سے زیادہ طاقتور ہیں تو انہوں نے آخر میں یہ تجزیہ کیا کہ مسلمان قوم جو کہ صحیح معنوں میں مسلمان ہیں وہ زیادہ طاقتور ہیں اور اس کی سب سے بڑی وجہ وضو کے فوائد ہیں اور سب سے بڑھ کر یہ کہ ایک مسلمان جب صبح فجر یا تہجد کی نماز کیلئے بیدار ہوتا ہے تو اس کی حالت خوشگوار رہتی ہے اور سستی اور کاہلی اس کے قریب نہیں پھٹکتی اور وہ سارا دن خوش وخرم رہتا ہے اگر آج مسلمان اسلام کو صحیح معنوں میں سمجھیں اور اس کی تعلیمات پر عمل کریں تو وہ سب پر حاوی ہوجائیں گے اور پوری دنیا میں ان کا بول بالا ہوجائیگا۔

پیروں کے مریض اور انکا وضو میں پیر دھونا

وضو کے آخر میں تین تین مرتبہ پاؤں کو ٹخنوں تک دھو کر اس طرف خون کے دوران کو جاری کرنے کا موقع دیں گے۔ مطب میں روزانہ درجنوں مرد وعورتیں اس بات کا رونا روتے ہیں کہ ہمارے پاؤں سرد اور اعصاب ان کے مشکل سے حرکت کرتے ہیں جو بھائی بہن دن میں پندرہ مرتبہ سارے بدن کا بوجھ اٹھانے والے پاؤں کو پانی سے غسل دیں گے ان کے پاؤں کیوں نہ گرم اور حرکت میں تیز ہوں گے۔خدا ہمیں وضو کرنے کی توفیق دے۔

وضو میں پاؤں کو ٹخنوں تک دھونے کا راز

پاؤں کو ٹخنوں تک دھونے میں یہ راز ہے کہ وہ رگیں جو پاؤں سے دماغ کو پہنچتی ہیں وہ کچھ پاؤں کی انگلیوں سے اور کچھ ٹخنوں سے شروع ہوتی ہیں اور ان سب کو دھونے میں شامل کرلینے سے دماغ کے بخارات رو یہ بجھ جاتے ہیں یہی وجہ ہے کہ پاؤں کا دھونا ٹخنوں تک وضو میں مقرر ہوا۔ (پاؤں کو ٹخنوں تک دھولو)

یورپ میں فزیوتھراپی کے ڈاکٹروں کی تحقیق ''پیروں کو رگڑ کر دھونا''

پیروں سے پیٹ' مثانہ' گردے' تلی' پتے اور جگر کا تعلق ہوتا ہے اور پیر کے تلووں کا ہتھیلیوں کی طرح تمام اعصاب خاص طور پر تمام غدود سے تعلق رہتا ہے جس کی وجہ سے بھوک کی کمی' تیز بخار' اسہال' نکسیر' عرق النساء' گھٹیا' بواسیر' چکر' جنسی کمزوری' قبض' دم پھولنا اور یرقان سے آرام ہوتا ہے۔اس کے علاوہ گھبراہٹ پریشانی ایسا خیال کہ میں کچھ خوفناک کام کروں گا' پاگل پن خود کو مثالی انسان تصور کرنا اور سارے جہاں کو اپنی طرح بنانے کا خبط' تنہائی سے ڈرنا' کوئی بھی مل جائے اس کے سامنے اپنا دکھڑا رونا' ان تمام تکالیف سے نجات مل جاتی ہے۔

ایسے لوگ جو خیالی دنیا میں رہتے ہیں جنہیں زندگی سے کچھ دلچسپی نہیں آئندہ مسرتوں کی آس لگائے بیٹھے رہتے ہیں زندگی نیم خوابی کی حالت میں گزرتی رہتی ہے۔ بیماری میں اچھے ہونے کی بہت کم کوشش کرتے ہیں اور بعض حالتوں میں مرنے کی تمنا کرتے ہیں کسی کام سے تشفی نہیں ہوتی۔ ساری غلطی اپنے سر منڈھ لیتے ہیں ایسے لوگ وضو میں پاؤں دھو کر اپنا علاج کرسکتے ہیں۔

یورپ اور امریکہ میں مالش کے ذریعہ (فزیوتھراپی) کرنے والے ڈاکٹر بہت ساری بیماریوں کا علاج تلووں کو رگڑ کر دھونے سے کرتے ہیں۔یوں تمام بیماریوں کی شدت میں کمی ہوجاتی ہے۔مثلاً دمہ' بواسیر' فالج' خون کی کمی' نمونیہ وغیرہ جیسی موذی بیماریاں اسی سلسلہ میں آتی ہیں۔

پیروں کے دھونے سے بیشمار امراض کا خاتمہ

اب اسلام نے دن میں پندرہ دفعہ پاؤں دھونے اور انگلیوں کے خلال کا حکم دیا ہے تاکہ کسی قسم کا کوئی جرثومہ اٹکا نہ رہ جائے۔

پاؤں کو دھونے کی وجہ سے بیشمار امراض کا خاتمہ بھی ہوتا ہے۔ مثلاً ڈیپریشن' بے چینی' بے سکونی' دماغی خشکی اور نیند کی کمی جیسے مہلک امراض ختم ہوتے ہیں۔

اصلاحی کیفیت

ایک بہن

صبح سورۂ یٰسین' عصر میں سورۃ النساء اور مغرب میں سورۂ واقعہ اور عشاء میں سورۂ ملک اور جمعہ کو سورۂ دخان اور سورۂ کہف کی تلاوت کی بھی ترتیب ہے

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم! سب سے پہلے نمازوں کے احوال اس ماہ میں سب سے رنجیدہ بات ہے کہ میری 4 دفعہ تہجد کی نماز نہ ہوسکی اور ایک بار فجر نماز بھی قضا ہوگئی اور باقی نمازیں میرے رب کی فضل سے ادا ہوئیں ہیں لیکن تہجد میں نیند کی وجہ سے جو نمازیں نہیں ہوپائیں اس کی وجہ سے مجھے فکر ہوتی ہے کہ کیا غلطی یا کوئی ایسا عمل ہوا ہے کہ اللہ رب العزت نماز کی توفیق سلب کرلیتے ہیں۔

تسبیحات باقاعدگی سے ہورہی ہیں۔مراقبہ الحمدللہ تمام دن کیا ہے۔تمام درس الحمدللہ ہر جمعرات کو گھر میں بیٹھ کر آن لائن سنتی ہوں اور اس ماہ پہلی بار میں نے ربیع الاول کے مہینے میں نوچندی والا درس سنا اور وہ بہت زیادہ پر اثر لگا گھر بیٹھ کر سننے سے زیادہ لیکن گھر سے ہر دفعہ آنے کی اجازت نہیں ملتی اس لیے گھر پر ہی سن لیتی ہوں۔

حکیم صاحب غصہ پر کافی حد تک کنٹرول آتا جارہا ہے لیکن کبھی کبھی ناحق بات پر خاموش نہیں رہا جاتا۔

صبح سورۂ یٰسین' عصر میں سورۃ النساء اور مغرب میں سورۂ واقعہ اور عشاء میں سورۂ ملک اور جمعہ کو سورۂ دخان اور سورۂ کہف کی تلاوت کی بھی ترتیب ہے۔

میں اللہ کا جتنا بھی شکر ادا کروں کم ہے کہ میرے اللہ نے یکدم اپنے دین کی طرف متوجہ کرلیا ہے اس میں میری ذات ذرہ برابر کچھ کرنے کی قابل نہیں اور یہ میرے اللہ کا فضل ہے کہ یونیورسٹی میں دوپٹے سے جانے والی لڑکی کو میرے اللہ نے آج شرعی پردہ کرنے کی نیت کرنے کی توفیق دی ہے وہ کریم جس سے چاہے اپنے دین کا کام لے لیتا ہے۔

شادی نہیں ہورہی ہر رشتے والے ماڈرن اور دوپٹوں میں آتے ہیں اور مجھے سر پر چادر اور نبی کریم ﷺ کی مثالی زندگی کے طریقوں پر زندگی گزارتا دیکھ کر انکار کردیتے ہیں اور یہ زندگی گھر والوں کی نظر میں میرے لیے مشکل کا باعث ہے۔ میں کیسے سمجھاؤں کہ دکھاوے کی خوبصورتی نہیں دل کی خوبصورتی اور نبی اکرم ﷺ کی مثالی زندگی پر عمل کرنا اصل خوبصورتی ہے۔ یہ بات سب کو سمجھانے اور دین پر استقامت کیلئے میرے لیے دعا کریں۔

کامیاب شوہر' خوشحال گھر

علی زریاب' لاہور

اسے یہ ناز ہوتا ہے کہ اگر میرے ساتھ زیادتی ہوگی تو میں اکیلی نہیں ہوں' میرا ساتھ دینے والا میرا شوہر ہے جو میرے ساتھ زیادتی نہیں ہونے دے گا۔ یہ ناز واعتماد عورت کو حوصلہ اور مضبوطی دیتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں بعض مرد اپنی بیوی پر اعتماد نہیں کرتے

ارے تم اتنی ڈری سہمی سی کیوں لگ رہی ہو؟ تمہیں کیا ہوا؟ تم تو بڑی شوخ و چنچل تھیں۔ تم سے تو بحث و مباحثے میں کوئی جیت ہی نہیں سکتا تھا' تم میں تو بلا کا اعتماد تھا' تم تو ہم دوستوں میں سب سے زیادہ بااعتماد تھیں میں ایک سال کے لیے باہر کیا گئی تم تو بالکل بدل گئی ہو۔ کہاں گئی تمہاری خود اعتمادی اور شوخی؟؟؟

چھوڑو یار ماضی کی باتیں......! شادی کے بعد سب کچھ تبدیل ہو جاتا ہے۔ ماضی میں اگر میں خود اعتماد تھی تو اس کی وجہ میرے والدین کا مجھ پر اعتماد کرنا تھا۔ شوخ چنچل تھی تو اس کی وجہ والدین کا تعاون تھا۔ کوئی مجھ سے غلط بات کہتا تو دوٹوک جواب دے کر کہنے والے کا منہ بند کر دیتی تھی' کسی کی ہمت نہ تھی کہ مجھ سے کوئی غلط بات کہتا مگر شادی کے بعد ساری خود اعتمادی ختم ہوگئی کیونکہ میرے شوہر مجھ پر اعتماد نہیں کرتے۔ مجھ میں خامیاں اور برائیاں تلاش کرتے ہیں اور ہر ایک کے آگے میری خامیاں اور برائیاں بیان کرتے ہیں اور مجھے شرمندہ کرتے رہتے ہیں۔ میرے ساتھ زیادتی ہوتی ہے تو بھی میرا ساتھ نہیں دیتے۔ میری غلطی نہ ہونے کے باوجود اپنی امی بہنوں کا ساتھ دیتے ہیں تو میں کیسے خود اعتماد ہو سکتی ہوں؟؟؟

میری ساس نندیں بھی جان چکی ہیں کہ چاہے میں حق پر ہی ہوں تب بھی میرے شوہر میرا ساتھ نہیں دیں گے' اس لیے ان کی نظروں میں میری کوئی وقعت و عزت نہیں اور جب دل چاہتا ہے مجھے ذلیل کر دیتی ہیں۔ میں جو ماضی میں اپنے ساتھ زیادتی کرنے والے کو منہ توڑ جواب دیتی تھی اب بے بس ہو چکی ہوں میرا سارا اعتماد ختم ہو چکا ہے میں کس بنیاد پر خود اعتمادی کا مظاہرہ کروں؟؟؟

عورت میں خود اعتمادی شوہر کی طرف سے ساتھ دینے کی وجہ سے آتی ہے اگر شوہر بیوی پر اعتماد کرے اور حق کو ہونے پر اس سے تعاون کرے تب عورت خود اعتماد ہوتی ہے اور سسرال میں بھی اس کی عزت کی جاتی ہے ورنہ سسرال میں کوئی حیثیت نہیں ہوتی۔

ہمارے معاشرے میں بعض (شادی شدہ) لڑکیوں میں عدم اعتمادی کی وجہ ان کے شوہر کا ان پر اعتماد نہ کرنا ہے۔ عورت کا تو ویسے ہی اپنا کوئی ٹھکانہ نہیں ہوتا' شادی سے پہلے باپ کے گھر میں رہتی ہے' شادی کے بعد شوہر کے گھر میں اور شوہر کے بعد بچوں کے گھر میں رہتی ہے وہ جو جس کا اپنا کوئی سائبان ہی نہ ہو جو پہلے ہی عدم تحفظ کا شکار ہو' وہ شوہر کے تعاون کے بغیر کس طرح مضبوط اور بااعتماد ہو سکتی ہے اگر شوہر اس پر اعتماد کرے اس کے ساتھ زیادتی ہونے پر اس کا ساتھ دے اس کے حق میں بولے تو عورت کے اندر خود اعتمادی پیدا ہوتی ہے۔

اسے یہ ناز ہوتا ہے کہ اگر میرے ساتھ زیادتی ہوگی تو میں اکیلی نہیں ہوں' میرا ساتھ دینے والا میرا شوہر ہے جو میرے ساتھ زیادتی نہیں ہونے دے گا۔ یہ ناز واعتماد عورت کو حوصلہ اور مضبوطی دیتا ہے۔ ہمارے معاشرے میں بعض مرد اپنی بیوی پر اعتماد نہیں کرتے۔ انہیں اپنی بیوی سے شکایات ہی رہتی ہیں اور وہ اس کا اظہار ہر ایک سے کرتے رہتے ہیں۔ بیوی کی خامیاں اور برائیاں ہر ایک سے بیان کرنا ان کا محبوب مشغلہ ہوتا ہے۔

مردوں کو سمجھنا چاہیے کہ ہماری بیویاں ہمارے وجود ہی سے تخلیق کی گئی ہیں اگر ان میں خامیاں ہیں تو ہمارے اپنے وجود میں ہی خامی تھی جو ہماری بیوی میں منتقل ہوگئی۔ ان خامیوں کو دور کرنے کی کوشش کرنی چاہیے۔ برائیوں کی اصلاح کرنی چاہیے نہ کہ ہر ایک کے آگے اس کا اظہار کیا جائے۔ اگر ایک گھر میں چار عورتیں اکٹھی رہیں تو ان میں اختلافات بھی ہوتے ہیں مگر مرد گھر کا سربراہ ہوتا ہے اسے کسی ایک فریق کا ساتھ دینے کے بجائے گھر میں ہونے والے اختلافات پر غیر جانبداری کا مظاہرہ کرنا چاہیے۔ ماں' بہنوں کی محبت میں بیوی کے ساتھ زیادتی نہیں کرنی چاہیے اور نہ بیوی کی محبت میں ماں بہنوں کے ساتھ زیادتی کرنی چاہیے۔ اپنے رویے اور جذبات میں توازن پیدا کرنا چاہیے تاکہ گھر میں کوئی فرد عدم اعتماد کا شکار نہ ہو۔ عورت چونکہ مرد کی بائیں پسلی سے تخلیق کی گئی ہے اور پسلی خم دار ہوتی ہے اسے سیدھا کرنے کی کوشش کی جائے تو وہ ٹوٹ جاتی ہے لہٰذا عورت کی نفسیات کو سمجھ کر اس کے ساتھ منصفانہ برتاؤ کرنا چاہیے۔ اگر عورت پر اعتماد کیا جائے اور اس کا حوصلہ بڑھایا جائے تو عورت سے زیادہ طاقت ور کوئی نہیں' وہ ہر آلام و مصائب کا مقابلہ باخوبی کر سکتی ہے۔

اگر آپ اپنے گھر میں پرسکون ماحول کے خواہشمند ہیں تو آج سے یہ عہد کرلیں کہ اپنی بیوی کی خامیاں اور برائیاں تلاش کرنے کے بجائے ان خامیوں اور برائیوں کی اصلاح کی کوشش کریں گے۔

ذرا غور کریں! جس طرح آپ اپنی خامیاں دوسروں کے آگے بیان کرنے کے بجائے ان کی اصلاح کی کوشش کرتے ہیں اسی طرح بیوی کی خامیوں کی اصلاح کیجئے اور اسے اعتماد دیجئے۔ یہ آپ پر منحصر ہے کہ لوگ آپ کی بیوی کی عدم اعتمادی پر اس کو ترس کی نگاہ سے دیکھیں یا اس کی خود اعتمادی پر اسے رشک کی نگاہ سے دیکھیں۔

سچے خواب نظر آئینگے!!!

باوضو یَا بَدِیۡعُ پڑھتے پڑھتے سو جائیں تو سچے خواب نظر آتے ہیں اور مستقبل میں پیش آنیوالے حالات کا علم ہو جاتا ہے اگر سو مرتبہ عشاء کی نماز کے بعد پڑھا جائے تو گھر میں خیر و برکت ہوتی ہے۔ **(بیگم منظور' حویلی لکھا)**

بے اولاد جوڑوں کیلئے حیرت انگیز خوشخبری

مایوس' لا علاج' بے اولاد ازدواجی جوڑے کہ جن کے مردوں میں نقص ہو' ان کیلئے حکیم صاحب کی طرف سے دم کیا ہوا شہد کلام الٰہی کے فیضان سے معطر قیمتی تحفہ۔ تفصیلات کیلئے عبقری کے دفتر خط بمع جوابی لفافہ بھیج کر ایک بروشر منگوائیں جس میں آپ کو عام ملنے والی سستی سبزی کا حیرت انگیز استعمال کہ جس سے اب تک بے شمار جوڑے اولاد نرینہ کی دولت سے فیض یاب ہو چکے ہیں اور اس بروشر میں موجود سالہا سال سے آزمودہ روحانی عمل کا تحفہ کہ اس روحانی عمل کی تاثیر آج تک کبھی خطا نہیں گئی۔ ساری دنیا پھر کر تھک ہار کر آنے والوں نے بھی جب یقین اور اعتماد سے اس کو اپنایا' اللہ تعالیٰ نے ان کے آنگن کو اولاد نرینہ کی دولت سے ہرا بھرا کر دیا۔ شہد ہمراہ لائیں ورنہ عبقری کے دفتر سے خرید لیں۔ باقی تفصیلات اور روزانہ استعمال کیلئے ایک مختصر دوائی شہد کے ہمراہ ملے گی۔ **نوٹ:** دم کیلئے وقت لینے کی ضرورت نہیں بس آپ شہد دے جائیں اور چند دنوں بعد دم کیا ہوا شہد لے جائیں۔ **مرض کی نوعیت کے مطابق کم از کم 3، 5 یا 6 ماہ استعمال کریں۔** **(حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی عفا اللہ عنہٗ)**

گرمی قلب کیلئے: تخم تربوز دو تولہ کو رات کے وقت پانی میں بھگو رکھیں، صبح خوب اچھی طرح رگڑ کر قدرے کھانڈ ملا کر کپڑے سے چھان کر پی لیں۔

یَاجَبَّارُ کے حیرت انگیز کرشمات

محمد امتیاز کرمانی، ہارون آباد

اسے پڑھنے سے طبیعت میں جلال پیدا ہوتا ہے اور دوسروں پر زبردست اقتدار پیدا ہوتا ہے۔ ماتحت لوگ اس کی مرضی کے خلاف کوئی قدم نہیں اٹھا سکتے۔ اس کی اتباع کرنے پر مجبور ہوتے ہیں

اللہ جبار ہے یعنی اپنی مرضی سے جو چاہے کر دے اور اس کے سامنے کوئی دوسرا دم نہ مارے اور ہر کوئی اس کا حکم ماننے پر مجبور ہو کیونکہ کائنات کی کوئی چیز بھی اس کے قبضہ قدرت اور اختیار سے باہر نہیں اور اس کی بارگاہ میں ہر چیز محکوم اور مجبور ہے۔ اس لیے اللہ کو جبار کہا جاتا ہے کیونکہ ہر کسی کیلئے اس کی اتباع ضروری ہے اور اس کا حکم ہر ایک پر زبردستی سے جاری ہے۔ عاملین کے نزدیک اس اسم کے ذریعے اللہ تعالیٰ اپنی شان جبر کا اظہار کرتے ہیں۔ یہ اسم جلالی ہے اور اس کے اعداد ۲۰۶ ہیں۔ یَاجَبَّارُ پڑھنے سے طبیعت میں جلال پیدا ہوتا ہے اور دوسروں پر زبردست اقتدار پیدا ہوتا ہے۔ ماتحت لوگ اس کی مرضی کے خلاف کوئی قدم نہیں اٹھا سکتے۔ اس کی اتباع کرنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ اس کے فوائد مندرجہ ذیل ہیں۔

دشمنوں سے بچنے کا عمل

شیطان انسان کا ازلی دشمن ہے اس لیے وہ بغض، حسد، لالچ اور برائی کی بنا پر انہیں ایک دوسرے کا دشمن بنا دیتا ہے۔ بعض اوقات معمولی سی دشمنی بڑے سے بڑے نقصان کا پیش خیمہ بنتی ہے۔ ایسے حالات میں دشمنوں کی برائی اور انتقامی کارروائیوں سے بچنے کیلئے یَاجَبَّارُ کا ذکر بہت مفید ہے اگر کوئی ظالم کو زیر کرنا چاہے تو اس اسم کو 40 دن تک 1236 مرتبہ روزانہ پڑھے۔ انشاء اللہ ظالموں کے شر سے محفوظ رہے گا اور اسے پڑھنے سے ظالم تر بھی نرم ہو جائے گا۔

نیک لڑکا پیدا ہونے کا عمل

ایک عامل کا قول ہے کہ اگر کسی کی اولاد پیدا ہو کر مر جاتی ہو یا آئندہ اولاد ہونا بند ہو گئی ہو تو اسے چاہیے کہ گیارہ دن تک یَاجَبَّارُ کو تین ہزار مرتبہ پڑھے اور تین عدد باداموں پر دم کرے۔ ایک بادام بیوی کو کھلائے اور دو بادام خود کھائے۔ پھر اپنی بیوی سے خلوت کرے۔ گیارہ دن تک ایسا ہی کرے۔ انشاء اللہ اس کی بیوی امید سے ہو جائے گی اور اللہ تعالیٰ اسے نیک اولاد عطا فرمائیں گے اور ہر سال ایک بکرا ذبح کر کے اللہ کے نام پر پکا کر لوگوں کو کھلائے۔ انشاء اللہ لڑکا صاحب عمر ہوگا۔

کمزور اور لاغر بچے کا علاج

جو بچہ بیماری کے باعث لاغر اور کمزور ہو گیا ہو اس کے جسم کی بحالی کیلئے اس اسم کا ورد بہت اکسیر ہے۔ تھوڑا سا سرسوں کا تیل لے کر یَاجَبَّارُ کو 1900 مرتبہ پڑھیں اور سات روز تک اسی طرح پڑھائی کر کے تیل پر دم کریں اور پھر اس کمزور بچے کے جسم پر مالش کریں انشاء اللہ بہت جلد بچہ صحت مند اور توانا ہو جائے گا۔ کمزوری اور دبلا پن ختم ہو جائے گا۔

کالے علم کے وار سے بچاؤ

جادوگروں کے کالے علم کے وار سے بچنے کیلئے یہ اسم بہت اکسیر ہے۔ لہٰذا اگر کوئی کالے علم والا کسی کو تعویذ دھاگہ کر کے آپ کو نقصان پہنچانے کے درپے ہو تو یَاجَبَّارُ کو عشاء کی نماز کے بعد 11 یوم تک روزانہ 20600 مرتبہ پڑھے تو ہر قسم کے جادو کا حملہ زیر ہو جائیگا۔ کیونکہ جابر اللہ ہے اور جادوگر کی اصلاح ہوگی۔

ظالم انچارج اور افسر کو زیر کرنا

یہ اسم ظالم لوگوں کو مقہور کرنے میں بہت مؤثر ہے۔ اگر کسی دفتر، کارخانہ یا فیکٹری یا دوران ملازمت کوئی افسر یا انچارج تنگ کرتا ہو، بات بات پر بے عزتی کرتا ہو تو اس کی زبان بندی کیلئے یَاجَبَّارُ کو روزانہ 12500 مرتبہ 10 دن تک پڑھیں۔ انشاء اللہ ظالم انچارج زیر ہو جائے گا اور دل آزاری والی باتیں ترک کر دیگا۔

نفس کو مغلوب کرنے کا عمل

مریدوں اور اہل ریاضت کو چاہیے کہ یَاجَبَّارُ کو دس ہزار مرتبہ روزانہ چالیس دن تک پڑھیں۔ انشاء اللہ ان کے نفس میں پاکیزگی پیدا ہوگی۔ شہوت پرستی ختم ہوگی۔ طبیعت میں انکساری اور نیک نیتی پیدا ہو جائے گی اس لیے یہ سلوک کے ابتدائی مراحل طے کرنے والے کے لیے بہت مفید اور مجرب ہے۔

سورہ حشر (پارہ 28) کی آخری تین آیات

جو شخص یہ تین آیات صبح کو پڑھے تو شام تک اور جو شام کو پڑھے تو صبح تک ستر ہزار فرشتے اس کیلئے دعائے مغفرت کرتے رہتے ہیں۔ (جامع ترمذی) **(اختر علی، واہ کینٹ)**

امام زین العابدین رضی اللہ عنہ

کئی دن گزر جانے کے بعد جو بیوائیں تھیں، جو نادار تھے ان کے گھروں سے آواز آئی وہ کہاں گیا؟ جو ہمیں پانی پلایا کرتا تھا

امام زین العابدین رضی اللہ عنہ کی جب وفات ہوئی تو نہلانے والے نے دیکھا کہ ان کے کندھے کے اوپر ایک کالا نشان ہے۔ اللہ نے ان کو بڑا خوبصورت جسم دیا تھا۔ بڑے نازک بدن تھے غسل دینے والا بڑا حیران ہوا بات سمجھ نہ آئی تو اس نے گھر کے لوگوں سے پوچھا یہ نشان کیسا ہے؟ کہا ہمیں بھی نہیں معلوم بات ان کی اہلیہ تک پہنچی انہوں نے بھی لاعلمی کا اظہار کیا۔

کئی دن گزر جانے کے بعد جو بیوائیں تھیں، جو نادار تھے ان کے گھروں سے آواز آئی وہ کہاں گیا؟ جو ہمیں پانی پلایا کرتا تھا۔ تب پتہ چلا کہ رات کے اندھیرے میں پانی کی مشک اپنے کندھے پر لے کر ضرورت مند لوگوں کے گھروں میں پانی بھرنے حضرت زین العابدین رضی اللہ عنہ جاتے تھے اور اپنی زندگی میں کسی پتہ ہی نہیں چلنے دیا کہ کون آ کر پانی بھر جاتا ہے۔ ان کے مرنے کے بعد پتا چلا۔ خدمت ہی ہے جو اللہ تعالیٰ کو بڑی محبوب ہے۔

کراماتی تیل کا ایک اور کرشمہ

میں پچھلے دنوں دواخانہ سے کراماتی تیل لیکر گئی تھی۔ میرے پاؤں کی ایڑیاں کٹی پھٹی تھیں وہ بہت ہی بھدی نظر آتی تھیں میں نے کراماتی تیل اپنے پاؤں اور ایڑھیوں پر استعمال کیا جنہیں بے حد فرق پڑا اور پاؤں نرم و ملائم اور لکیریں ختم ہو گئیں۔ میں دفتر میں جاب کرتی ہوں یہ میرا نہیں سب خواتین کا مسئلہ ہے۔ میرے دفتر میں تو میری آؤ بھگت شروع ہو گئی ہے اور ہر طرف سے تیل کی فرمائش ہوتی ہے۔ اب دفتر کی مزید خواتین نے بھی اس تیل کے ذریعے اپنے پاؤں کا حسن بحال کرنا شروع کر دیا ہے۔ **(رشیدہ خانم)**

سفوف شیریں

معدے کی درد، معدے کی سوزش، بھوک کی کمی، سوزش جگر، پیچش، ہائی بلڈ پریشر، معدہ کی گرانی، بدہضمی وغیرہ کیلئے بہت ہی زبردست نسخہ ہے:۔ ھوالشافی: سونف، زیرہ سفید، اجوائن، سونٹھ، ہلیلہ سیاہ، آملہ، سوڈا بائی کارب تمام اشیاء 25 گرام لیں اور کوٹ پیس کر ان میں 300 گرام چینی مکس کر لیں۔ کھانے کے بعد ایک چھوٹا چمچ، روزانہ تین بار۔

(ماسٹر حکیم اللہ، سرحد)

کالے جادو سے تڑپتے سسکتے انوکھے خط اور شافی علاج | **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** | **کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں**

آنکھوں کی روشنی	چلنا پھرنا دشوار	سمارٹ بننے کی خاطر	لوگ ڈرار ہے ہیں	بلاوجہ مسائل میں نہ الجھیں

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

بلاوجہ مسائل میں نہ الجھیں

میری شادی کو دس سال ہو چکے ہیں' تین بچے ہیں۔ ہم مشترکہ فیملی میں رہتے ہیں۔ میری شادی سے پہلے سسر فوت ہو گئے تھے۔ رشتہ انہوں نے ہی طے کیا تھا۔ میرے شوہر میرے چچا زاد ہیں۔ سسر کے فوت ہونے کے بعد ساس نے شادی کی مخالفت کی لیکن میرے شوہر نے انہیں منالیا۔ شادی کے بعد دو سال تک سکون رہا۔ اس کے بعد میرے شوہر کو شوگر ہو گئی انہیں کاروبار میں بھی نقصان ہونے لگا۔ وہ بیمار اور چڑچڑے رہنے لگے۔ ان حالات کی وجہ سے میں اداس رہنے لگی۔ میرے شوہر اپنے بھائیوں اور بھابیوں کی بات مانتے ہیں۔ اپنے خاندان والوں سے میری عزت بھی نہیں کرواتے جیسی کہ کرنی چاہیے۔ اپنے گھر والوں کی غلط بات کو بھی فوقیت دیتے ہیں۔ میرے گھر میں سب کچھ ہے لیکن سکون نہیں ہے۔ میں نے شادی کے بعد پرائیویٹ ایم اے کیا ہے محض اپنی اہمیت جتانے کو۔ اب میں روایت توڑتے ہوئے سروس کرنا چاہتی ہوں لیکن عملی قدم اٹھاتے ہوئے ڈرتی ہوں کیونکہ میرے سسرال میں تعلیم ہے اور نہ کسی نے آج تک سروس کی ہے۔ کہیں گھر والے میرے شوہر کو بھڑکا نہ دیں۔ مجھے لگتا ہے کہ کسی نے ہم پر کچھ کر دیا ہے کیا میں آپ کے رسالے میں پڑھ کر کسی وظیفے پر عمل کر سکتی ہوں۔ **(عمارہ' سرگودھا)**

جواب: آپ کے خط کا جواب میں نے پہلے بھی دیا تھا البتہ آپ کا نام تبدیل کر دیا تھا کیونکہ اصلی نام سے مسائل پیدا ہو سکتے ہیں۔ بہر حال اس صفحے پر جو بھی وظائف لکھے ہوتے ہیں انہیں ہر شخص پڑھ سکتا ہے اور یہ کسی کیلئے مخصوص نہیں ہیں۔ آپ بھی ان سے استفادہ کر سکتی ہیں۔ اپنے گھر والوں کو بیوی بچوں پر فوقیت دینے کی عادت اکثر مردوں میں ہوتی ہے۔ اس لیے بہتر ہوگا کہ آپ ایسی نوبت نہ آنے دیا کریں کہ آپ کے مقابلے میں دوسروں کی بات مانی جائے۔ بہتر ہوگا کہ ان لوگوں کے اور شوہر کے معاملات میں آپ دخل نہ ہی دیا کریں جہاں تک سروس کرنے کا تعلق ہے تو اس سے مزید پریشانیاں بڑھیں گی۔ شوہر اور گھر والے ناراض ہوں گے اور ساتھ ساتھ آپ کی ذمہ داریوں اور کاموں میں مزید اضافہ ہوگا۔ یوں بھی جب آپ کے گھر میں سب کچھ ہے تو بلاوجہ نوکری کر کے خود کو مسائل میں الجھانے کی ضرورت نہیں ہے۔ دو انمول خزانے ہر وقت پڑھیں۔

چلنا پھرنا دشوار ہے

میرے پیروں میں سخت درد رہتا ہے۔ چلنا پھرنا دشوار ہے۔ میں نے ڈاکٹروں' حکیموں کے بہت علاج کرائے۔ وقتی طور پر فائدہ ہوتا ہے مگر کچھ دن بعد پھر بیماری لوٹ آتی ہے۔ کوئی روحانی علاج بتائیں کہ میں اسے کر سکوں۔ نیز میں زیادہ لمبے وظائف نہیں پڑھ سکتی۔ **(فائزہ لطیف' سکھر)**

جواب: آپ علاج جاری رکھیں۔ اس کے ساتھ ہی دن میں چار مرتبہ سات بار سورۃ الناس پڑھ کر پیروں پر دم کرلیا کریں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

آنکھوں کی روشنی

میری نظر کمزور ہے اور عینک کا نمبر دن بدن بڑھتا چلا جارہا ہے۔ میں اس کی وجہ سے سخت پریشان ہوں۔ اگر اسی طرح میری بینائی جاتی رہی تو پھر تو میں کسی کام کا نہیں رہوں گا۔ گھر میں اکیلا کمانے والا ہوں۔ میری ملازمت بھی تمام وقت کمپیوٹر پر بیٹھ کر کام کرنے کی ہے۔ کوئی دعا بتائیں کہ میری آنکھوں کا مسئلہ ٹھیک ہو جائے۔ (خالد عمران' لاہور)

جواب: کوشش کریں کہ آپ کو کوئی اور بہتر ملازمت مل جائے جہاں ہر وقت آپ کو کمپیوٹر پر کام نہ کرنا پڑے۔ آنکھوں کی روشنی بحال رکھنے کیلئے سورۃ ق کی آیت نمبر 22 گیارہ بار پڑھ کر تھوڑے سے پانی پر دم کریں اور اس پانی کو دن میں تین چار بار اپنی آنکھوں پر لگا لیا کریں۔ اس آیت کا ترجمہ یہ ہے۔ ''ہم نے تمہارے اوپر سے تمہاری غفلت کا پردہ ہٹالیا ہے اور اس لیے آج تمہاری آنکھوں کی روشنی بہت تیز ہے۔''

سمارٹ بننے کی خاطر

پہلے میرا وزن ٹھیک تھا لیکن دو سال سے وزن بہت بڑھ گیا ہے۔ میں اس وجہ سے احساس کمتری کا شکار رہتی ہوں۔ میری خواہش ہے کہ سمارٹ ہو جاؤں۔ میری عمر پچیس سال ہے۔ میں ڈائٹنگ بھی کرتی ہوں مگر فرق نہیں پڑ رہا۔ بتائیں کیا کروں؟؟؟ کوئی روحانی علاج بتائیں۔ **(شائستہ مختار' راولپنڈی)**

جواب: آپ نوافل یا سنت کی پہلی رکعت میں سورۃ الانشراح اور دوسری رکعت میں سورۃ الفیل پڑھیں۔ اپنی غذا پر مکمل کنٹرول کریں اگر آپ اپنی غذا سے چینی' چکنائی اور چاول بالکل نکال دیں' چہل قدمی کریں' پھل اور سبزیاں زیادہ کھائیں تو آپ تین چار ماہ ہی میں خود کو بہتر محسوس کریں گی۔

پچاس سال گزرنے کے بعد

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری عمر پچاس سال ہونے کے باوجود مجھ میں عقل نہیں۔ میں کسی سے صحیح طرح بات نہیں کر سکتا۔ محفل میں بیٹھتا ہوں تو لوگوں کی باتیں سنتا ضرور ہوں مگر ان کی باتوں میں شامل نہیں ہو پاتا۔ اگر عام سی باتیں ہوں تو پھر بھی گزارا ہو جاتا ہے' لیکن جب کوئی سنجیدہ مسئلہ ہو تو میری سمجھ میں بالکل نہیں آتا۔ میں اگر کچھ بولتا بھی ہوں تو وہ بالکل اوٹ پٹانگ ہوتا ہے جس سے لوگ ہنسنے لگتے ہیں اور میں مزید شرمندہ ہو جاتا ہوں۔ مجھے کوئی وظیفہ بتائیں کہ میں بھی سمجھ بوجھ سے کام لینے لگوں۔ **(س۔ن۔کراچی)**

جواب: زندگی کے پچاس سال گزارنے کے بعد اب آپ کو اپنی حالت سدھارنے کا ہوش آیا ہے۔ یہ سب کچھ تو آپ کو بہت پہلے کرنا چاہیے تھا۔ جہاں تک آپ کے کم عقل ہونے کا تعلق ہے تو آپ یہ بات اپنے ذہن سے نکال دیجئے کہ آپ بیوقوف اور ناسمجھ ہیں اگر لوگوں کے سامنے سنجیدہ مسائل پر بات نہیں کر پاتے تو اس کی وجہ آپ میں جنرل نالج کی کمی ہے۔ جب آپ کو کسی چیز کے بارے میں معلومات ہی نہ ہوں گی تو آپ بولیں گے بھی کیا۔ اس لیے آپ جو پڑھیں اسے یاد بھی رکھیں۔ بطور روحانی علاج آپ زیادہ سے زیادہ ''یَا قَوِیُّ'' پڑھا کیجئے۔ اس سے آپ کا حافظہ تیز ہوگا اور خود اعتمادی بھی بحال ہوگی۔

لوگ ڈرار ہے ہیں

میں نے آپ کے کالم میں اپنا مسئلہ بھیجا تھا۔ بیٹیوں کی شادی کے سلسلے میں۔ اللہ کے فضل وکرم سے ابھی وظیفہ پورا بھی نہ ہوا تھا کہ میری ایک بیٹی کا رشتہ طے ہوگیا۔ اب پوچھنا یہ ہے کہ جس بیٹی کا رشتہ طے ہوا ہے اس کیلئے کیا دعا پڑھوں کہ وہ عزت و وقار سے اپنے گھر چلی جائے۔ اس کے سسرال والے بظاہر تو شریف لگتے ہیں اس کا رشتہ شہر سے باہر ہوا ہے اس لیے لوگ ڈرار ہے ہیں کہ اس علاقے کے لوگ لالچی ہوتے ہیں۔ شادی کے بعد بدل جاتے ہیں۔ براہ مہربانی میری یہ الجھن بھی دور کردیجئے۔ **(ایک ماں، راولپنڈی)**

جواب: آپ جو وظیفہ پڑھ رہی ہیں اسے شادی ہونے تک پڑھتی رہیں۔ جہاں تک لوگوں کا یہ کہنا ہے کہ فلاں علاقے کے لوگ لالچی ہوتے ہیں اور فلاں کے دغاباز.....تو یہ بات غلط ہے۔ ہر علاقے میں ہر قسم کے انسان بستے ہیں اس لیے یہ سوچ لینا کہ اس علاقے کے تمام لوگ خراب ہوں گے غلط ہے۔ یوں بھی انسان خود اچھا ہو تو دوسرے لوگ بھی اچھے ہو جاتے ہیں۔ آپ روزانہ ایک تسبیح درود ابراہیمی پڑھ کر دعا کیا کریں کہ بیٹی کی شادی سکون سے ہو جائے اور اسے خوشیاں نصیب ہوں۔

پریشانیاں ہی پریشانیاں

میرا مسئلہ یہ ہے کہ چھوٹی چھوٹی باتوں پر بے حد پریشان ہوجاتی ہوں اور یہ پریشانی کئی دن تک مجھے بے چین رکھتی ہے۔ میری حالت دیکھ کر سسرال میں سب میرا مذاق اڑاتے ہیں جس سے اور بھی شرمندگی اور پریشانی ہوتی ہے سمجھ میں نہیں آتا کہ کس طرح خود کو نارمل رکھوں اس کیلئے کوئی دعا بتائیے۔ **(رفیعہ اشرف، خانیوال)**

مشورہ: آپ باقاعدگی سے نماز پڑھا کریں۔ بطور روحانی علاج سورۂ آل عمران کی پہلی دو آیات تین تین بار ہر نماز کے بعد پڑھ لیا کریں۔

معمولی شکل وصورت

میری بیٹی کی شادی غیروں میں ہوئی ہے۔ میری بیٹی خوبصورت ہے جبکہ سسرال میں سب ہی لوگ بہت ہی معمولی شکل وصورت کے اور کالی رنگت کے ہیں۔ ان دنوں بچی امید سے ہے وہ بے حد پریشان ہے کہ کہیں ایسا نہ ہو کہ اس کی اولاد بھی معمولی شکل کی یا بدصورت پیدا ہو۔ آپ سے گزارش ہے کہ کوئی وظیفہ بتادیں جس سے اس کی پریشانی دور ہو اور دنیا میں آنے والا نیا مہمان تندرست توانا اور خوبصورت ہو۔ **(شائستہ خالد، راولپنڈی)**

مشورہ: آپ کی بیٹی کو چاہیے کہ نماز پنجگانہ پابندی سے ادا کیا کرے۔ مغرب کی نماز کے بعد ایک بار سورۂ یوسف کی تلاوت کرلیا کرے۔ ہر نماز کے بعد ایک تسبیح یعنی سو بار ''یَـاسَلَامُ'' پڑھ کر دعا مانگ لیا کرے۔ اللہ تعالیٰ کا کرم و فضل حاصل ہو جائے گا۔

سکھ کیلئے ترس گئی ہوں

میرے شوہر انتہائی شکی، بدمزاج اور چڑچڑے ہیں جب سے شادی ہوئی ہے خوشی وسکھ کیلئے ترس گئی ہوں۔ شوہر کا عالم یہ ہے کہ میری ہر بات انہیں بری لگتی ہے۔ ذرا ذرا سی بات پر غصے میں آگ بگولہ ہو جاتے ہیں اور جو کچھ بھی سامنے ہوتا ہے اٹھا اٹھا کر پھینکنے لگتے ہیں۔ مجھے گھر سجانے کا شوق ہے میں ڈیکوریشن پیس اور دوسری چیزیں لاتی رہتی ہوں شوہر صاحب جان بوجھ کر میری لائی ہوئی چیزوں کو توڑتے ہیں میں کچھ کہہ نہیں سکتی کیونکہ اس سے جھگڑا مزید بڑھ جاتا ہے۔ میں تو عاجز آگئی ہوں اس زندگی سے......! **(فرخندہ خان، جہلم)**

مشورہ: بعض مرد محض اپنی انا اور بڑائی کی تسکین کی خاطر بیوی سے اس قسم کا سلوک کرتے ہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ اس طرح وہ اپنی ہر جائز و ناجائز بات منوا سکتے ہیں لڑائی جھگڑا کرنا، آپ کی پسندیدہ چیزوں کو توڑنا، پھینکنا، بات بات پر بے عزتی کرنا یہ سب اذیت پسندی کی دلیل ہے۔ آپ کے شوہر آپ کو جو اذیت دیتے ہیں سو دیتے ہیں مگر خود اپنی صحت اور اپنے اوپر بھی کم ظلم نہیں کرتے۔ بہرحال آپ اللہ تعالیٰ سے ہر نماز کے بعد اپنے لیے دعا کرتی رہا کیجئے۔ وضو بے وضو ''یَـاحَـیُّ یَـاقَیُّوْمُ'' پڑھتی رہا کریں۔ عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک بار ''یَـاوَدُوْدُ'' پڑھ کر شوہر کا تصور کرکے دم کردیا کریں۔ یہ وظائف کم از کم 40 دن تک کریں۔

ضدی، ہٹ دھرم بچے

میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی ہے۔ بڑا بیٹا اٹھارہ سال کا ہے اور اس سے چھوٹا پندرہ سال کا ہے دونوں بچے جب تک چھوٹے تھے تو ٹھیک تھے زیادہ پریشان نہیں کرتے تھے مگر جوں جوں بڑے ہو رہے ہیں ضدی، ہٹ دھرم اور نافرمان ہوتے جارہے ہیں پہلے تو اپنے والد سے ڈرتے تھے اب باپ سے بھی ڈرنا ختم ہو گیا ہے۔ میں یا ان کے والد کسی بات پر روک ٹوک کریں تو ایک دم طیش میں آجاتے ہیں دو بدو جواب دیتے ہیں اگر ایک کو ڈانٹا جارہا ہو تو دوسرا اس کی حمایت میں کھڑا ہو جاتا ہے کوئی ایسی دعا بتائیں کہ ان کی نافرمانی فرمانبرداری میں بدل جائے۔

مشورہ: آپ کے دونوں بچے ابھی نوعمری کے دور میں ہیں۔ بچوں پر زیادہ سختی کرنے کی بجائے انہیں پیار سے سمجھایا کیجئے پیار و محبت سے تو سخت سے سخت دل بھی موم ہو جاتا ہے یہ تو پھر بچے ہیں۔ بطور روحانی علاج آپ روزانہ سورۂ فرقان کی آیت نمبر 74 ''رَبَّنَـا هَبْ لَنَـا'' سے پوری آیت پڑھ کر اپنے بچوں کی اصلاح کیلئے دعا کیجئے۔

اولاد کی خواہش

میری شادی کو پانچ سال ہو چکے ہیں مگر اولاد کی نعمت سے محروم ہوں۔ میرے سسرال میں جٹھانی اور نند کے بھی اولاد نہیں ہے اور دونوں اس اذیت سے گزر رہی ہیں۔ علاج معالجے کے باوجود بھی امید بر نہیں آتی۔ مجھے خوف ہے کہ کہیں میں بھی اس محرومی کا شکار نہ ہو جاؤں کوئی اسم، کوئی وظیفہ پڑھنے کو بتادیں۔

مشورہ: آپ مایوس نہ ہوں خداوند تعالیٰ سے دعا کرتی رہیں اس کے در سے کبھی کوئی خالی نہیں جاتا۔ بشرطیکہ جذبہ صادق ہو۔ آپ نماز عشاء کے بعد سورۂ مومن اور سورۂ یوسف کی پہلی آیت گیارہ گیارہ بار پڑھ کر پانی پر دم کریں اور اس پانی کو آپ اور آپ کے شوہر پی لیا کریں۔ نیز اول و آخر تین تین بار درود شریف پڑھنا نہ بھولیں۔

خوبصورت اور ذہین اولاد کیلئے

ایک پنسار سٹور پر گیا مالک دکان ماشاء اللہ تعالیٰ حافظ قرآن اور حکیم ہیں۔ انہوں نے بتایا کہ یہ نسخہ میرا آزمودہ ہے الحمدللہ میں نے صحیح پایا انہوں نے بتایا کہ یہ عمل میں نے ایک کتاب میں پڑھا تھا جب عورت کو حاملہ ہوئے سات ماہ گزر جائیں تو روزانہ ایک چمچ روغن بادام شیریں نیم گرم دودھ میں پلائیں۔ **فوائد:** انشاء اللہ تعالیٰ بچہ خوبصورت پیدا ہوگا۔ انشاء اللہ تعالیٰ بچہ ذہین پیدا ہوگا۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپریشن سے بچہ کی پیدائش نہیں ہوگی گھر باسانی ولادت ہوگی۔ اگر حاملہ روزانہ سو مرتبہ رَبِّ هَبْ لِیْ مِنَ الصَّالِحِیْنَ۔ پڑھے تو انشاء اللہ بچہ نیک بھی ہوگا۔ **(قاری مظہر حسین)**

اگر بچوں کو الٹی ہو تو......

بچے کو اگر الٹیاں (قے) ہورہی ہوں تو سبز دھنیا، پیاز، ادرک، نمک کو کوٹ کر ان کا پانی نچوڑ کر بچے کو دیں الٹی رک جائے گی۔ **(ابن وفا قادری)**

گردے بچ گئے' ہیپا ٹائٹس ختم ہوگئی

چند دن بعد اس کی سوجن کم ہونا شروع ہوگئی۔ تقریباً 20 دن سے دوائی شروع کروا رکھی ہے اور ابھی جاری ہے۔ میں نے اسے دوائی دن میں 5 دفعہ کھانے کا عرض کیا تھا پہلے وہ لا علاج تھی۔ تین تین لحاف لے کر لیٹتی تھی اور سامنے ہیٹر ہوتا تھا مگر پھر بھی سردی محسوس کرتی تھی

(ذوالفقار علی' لیہ)

یہ واقعہ میرے ساتھ اس سال دوران حج پیش آیا ہے۔ دوران حج جبکہ ہم الحمدللہ شروع کی پرواز سے گئے تھے اور مدینہ منورہ سے پہلے ہی ہو آئے تھے۔ سبحان اللہ حرمین شریفین کے متعلق دلوں کی کیفیت بیان سے باہر ہے۔ ہوا یہ کہ مجھے اچانک قے کی اتنی تکلیف ہوئی کہ ہفتہ دس دن میں میں نڈھال ہوگیا اپنے گروپ لیڈر جو کہ فیصل آباد کی طرف کے بہت ہی اعلیٰ کردار اور سمجھ والے تھے۔ مجھے پہلے پاکستانی ہسپتال لے گئے جہاں کافی ساری گولیاں دی گئیں مگر کوئی افاقہ نہ ہوا ہم جبل کعبہ پر مقیم تھے پاکستانی ہسپتال نزدیک ہی تھا لیکن جب آرام نہ آیا اور تکلیف بڑھتی گئی تو مجھے کار میں ڈال کر عربی ہسپتال جو کہ باب عبدالعزیز کے نزدیک تھا لے جایا گیا وہاں بہت قطاریں تھیں ہمارے لیڈر نے نہایت دانشمندی سے ہر قطار میں ایک ایک اپنا آدمی کھڑا کردیا خیر ڈاکٹر صاحب کے پاس مجھے لے جایا گیا وہ ڈاکٹر صاحب صرف انگریزی اور عربی سمجھتے تھے میں نے ٹوٹے پھوٹے الفاظ میں اپنی تکلیف بیان کی اور کہا کہ حج قریب ہے میں مریض ہوں اور میرے آنسو نکل آئے۔

ڈاکٹر موصوف نے میری طرف دیکھا اور پرچی پر کچھ لکھا۔ گھنٹی بجائی اور اپنے آدمیوں کو انگلش میں کہا کہ اس کو سٹریچر پر لٹا کر آپریشن تھیٹر پہنچاؤ میں آتا ہوں۔ انہوں نے مجھے لے جا کر جس بیڈ پر لٹایا تو اس کے نزدیک ایک بہت موٹا حبشی پڑا تھا اور اس کا پیٹ پھٹا ہوا تھا۔ دور سے لیڈی ڈاکٹر نے دیکھا تو سخت ناراض ہوئیں کہ مریض دیکھ کر مرجاتا تو کیا ہوتا اور بھاگ کر درمیان میں پردہ کھینچ دیا۔ میں دل ہی دل میں ڈر رہا تھا کہ پتہ نہیں کیا ہوگا۔ ڈاکٹر صاحب آئے اور انہوں نے مجھے بوتل لگائی اور اس بوتل میں ٹیکے بھی ڈالے جن سے الحمدللہ میں اپنے پیروں پر چل کر غالباً حرم شریف سے ہوتا ہوا اپنی رہائش گاہ پر آگیا۔

لیکن بات وہی کہ کوئی چیز نہ پچتی تھی۔ جو کھاتا تھا فوراً باہر...... میری اہلیہ جو کہ میرے ہمراہ تھیں کہنے لگیں آپ اس طرح کی بیماری میں پیاز کھانے کو کہا کرتے تھے میں نے کہا واہ خدا کی بندی اتنے دن کہاں سوئی رہی خدا کے فضل سے وہ پیاز کی چھلی کو اتار اتار کر دیتی رہیں اور میں چباتا رہا۔ تھوڑی ہی دیر کے بعد قے کا نام ونشان تک نہ تھا۔ الحمدللہ اللہ کے فضل سے حج کے تمام فرائض باحسن طریقہ سرانجام دیئے۔

آسان سے نسخے نے زندگی بچالی!

(محمد رمضان' پشاور)

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! میں شروع سے ہی عبقری رسالے کا قاری ہوں۔ ایسا رسالہ میری نظر سے آج تک نہیں گزرا۔ اس میں آپ نے بخل شکنی سے کام لیا ہے اس میں آپ کے ذاتی نسخے ایسے ایسے ہیں جو کوئی حکیم نہیں دے سکتا۔ اس کے علاوہ وظائف' نصائح بھی ہیں۔

شمارہ جنوری 2010ء میں صفحہ نمبر 23 پر ایک ایسا نسخہ آپ نے تحریر کیا ہے جو کہ بقول آپ کے 40 امراض سے زیادہ کیلئے کافی ہے۔ وہی نسخہ میں نے ایک مریضہ کو دیا تھا وہ اب تقریباً 90 فیصد صحت یاب ہوگئی ہیں۔ مریضہ کی حالت کچھ اس طرح تھی۔

پیٹ میں پانی بھرا ہوا تھا' تمام جسم پھولا ہوا تھا۔ ہر ہفتے ہسپتال سے پانی نکلواتی تھی' دل کی مریضہ بھی تھی' ڈاکٹر صاحبان کہہ رہے تھے پوری زندگی پانی نکلوانا ہی اس کا علاج ہے۔ اس کے علاوہ کوئی علاج نہیں ہے۔ میں نے اللہ کا نام لے کر دوائی شروع کروائی اسی دن سے افاقہ شروع ہوگیا۔ چند دن بعد اس کی سوجن کم ہونا شروع ہوگئی۔

تقریباً 20 دن سے دوائی شروع کروا رکھی ہے اور ابھی جاری ہے۔ میں نے اسے دوائی دن میں 5 دفعہ کھانے کا عرض کیا تھا پہلے وہ لا علاج تھی۔ تین تین لحاف لے کر لیٹتی تھی اور سامنے ہیٹر ہوتا تھا مگر پھر بھی سردی محسوس کرتی تھی۔ کروٹ بدلنے کیلئے دوسرے آدمی کی ضرورت ہوتی تھی اب جسم کا تمام پانی خشک ہوگیا ہے تمام سوجن ختم ہوگئی ہے۔ پہلے منہ سے پیپ نکلتی تھی اب وہ بھی ختم ہوگئی ہے۔ گھر کا تمام کام کاج اب خود کرتی ہے اور کہتی ہے کہ مجھے اللہ نے نئی زندگی دی ہے۔ 4 سال سے بیمار تھی اور تقریباً 6 لاکھ روپے علاج پر خرچ کرچکی ہے۔ اس کا بڑا پیشاب بھی بند تھا۔ نس نس میں پانی بھرا ہوا تھا۔ اب اللہ نے فضل فرمایا ہے۔

اب ہر وقت دعائیں دیتی ہے جو کہ بالواسطہ آپ کو جارہی ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو مزید خدمت خلق کی توفیق عطا فرمائے اور دونوں جہانوں کی راحتیں اور خوشیاں نصیب فرمائے۔

دوائی یہ ہے:۔ کباب چینی 100 گرام' پھٹکوی 10 گرام اس سے سریع الاثر دوائی میری نظر سے آج تک نہیں گزری۔ ہتھیلی پر سرسوں جمانے والی بات ہے۔

کان پیڑے کا آسان روحانی علاج

سورۂ فاتحہ پوری پڑھنی ہے اور دائیں ہاتھ کی شہادت کی انگلی پڑھتے ہوئے کان پیڑوں کے گرد پھیرتے جائیں جہاں سے شروع کریں وہیں پر دائرہ ختم کردیں اور شہادت کی انگلی سے کراس (x) لگادیں۔ یہ عمل ایک وقت میں تین مرتبہ کرنا ہے۔ صبح' شام اور اگلے دن صبح تین دم ہونگے۔ کان پیڑے ختم ہوجائیں گے۔ انشاء اللہ' اور مریض سے کہیں کہ وہ کم از کم دس روپے کی ٹافیاں لے کر محلے کے بچوں میں تقسیم کردے۔ **(محمد حامد' ساہیوال)**

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار رہوں گے۔ **(ادارہ)**

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ایم صادق بلوچستان۔ صہیب ہاشمی' گوجرانوالہ۔ بیگم منظور' حویلی لکھا۔ محمد رحمت اللہ جان' بنوں۔ سمیع اللہ' کراچی۔ حکیمہ بشریٰ سلطانہ' مانگٹ۔ بندہ خدہ' واہ کینٹ۔

یادداشت لوٹ آئی عینک اتر گئی

موصوف کہنے لگے گزشتہ 19 سال سے عینک لگا رہا تھا نگاہ کی کمزوری بڑھتی چلی گئی‘ بہت زیادہ کنٹرول کرنے کی کوشش کی لیکن عینک کا نمبر بڑھتا چلا گیا مجبور تھا کیا کرتا‘ زوردار قہقہہ لگا کر کہنے لگا نگاہ روز بروز باریک ہوتی گئی اور شیشے روز بروز موٹے ہوتے گئے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

واقعی وہ اب عینک کے بغیر پڑھ سکتا ہے‘ میں یہ سن کر چونک پڑا کہ میں اس وقت لکھ رہا تھا کیونکہ میرا ہر پل یا لکھنے یا پڑھنے یا سوچنے یا ذکر نے میں (الحمدللہ) مصروف ہوتا ہے اور میں اسے جانتا تھا کہ وہ بہت موٹے شیشوں والی عینک استعمال کرتا تھا۔ اس کے باوجود بھی اس کی نگاہ روز بروز ختم ہوتی جارہی تھی لیکن موجودہ خبر نے واقعی مجھے چونکا دیا کہ آخر ایسا کیسے ہوسکتا ہے۔ بظاہر ناممکن ہے دل ہی دل میں فیصلہ کیا کہ خود اس سے جاکر تحقیق کروں آخر یہ سب کچھ کیسے ہوا۔

جب میں اس کے گھر پہنچا ملاقات کے وقت وہ اخبار اور وہ بھی بغیر عینک کے پڑھ رہا تھا میں حیرت سے اسے دیکھتا رہ گیا۔ یاالٰہی! آخر ایسا کیوں اور کیسے ہوا؟ موصوف نے اخبار ایک طرف رکھی خوشی اور محبت کے ملے جلے لہجے میں بولے آپ اپنی مصروفیت سے میرے لیے وقت کیسے نکال سکتے ہیں۔ میں نے عرض کیا کہ آپ کو علم ہے کہ میرے مزاج میں تحقیق‘ جستجو اور کھوج ہے پھر ہر عام اور خاص سے تجربات لیتا ہوں کسی سے سیکھتے ہوئے جھجکتا نہیں اور نہ شرماتا ہوں۔ بس ایک واقعے کی تصدیق کرنے آیا ہوں کہ واقعی آپ کی عینک اتر گئی ہے آخر اس کی وجہ کیا بنی؟؟؟

موصوف کہنے لگے گزشتہ 19 سال سے عینک لگا رہا تھا نگاہ کی کمزوری بڑھتی چلی گئی‘ بہت زیادہ کنٹرول کرنے کی کوشش کی لیکن عینک کا نمبر بڑھتا چلا گیا مجبور تھا کیا کرتا زوردار قہقہہ لگا کر کہنے لگا نگاہ روز بروز باریک ہوتی گئی اور شیشے روز بروز موٹے ہوتے گئے۔ کوئی لینز کا مشورہ اور کوئی آپریشن کا مشورہ دیتا لیکن میری زندگی کے ایک واقعے نے مجھے نئی نگاہ اور نئی آنکھیں عطا کردیں۔

موصوف نے ساتھ رکھے پانی کے گلاس کو ایک ہی سانس میں پینے کے بعد ایک لمبا سانس لیا اور میں منتظر سانسوں اور نظروں سے دیکھ رہا تھا کہ ابھی لب حرکت میں آئیں گے اور یہ بولیں گے کہ وہ راز کیا ہے۔

بہت انتظار کے بعد کہنے لگے کہ میرے ماموں کے پڑوس میں ایک پرانے ٹیچر رہتے تھے مطالعہ اور مشاہدہ ان کا بہترین مشغلہ تھا اپنا زیادہ مال کتابوں اور طبی تجربات پر خرچ کرتے وہ فوت ہوگئے ایک دن ماموں کے گھر گیا تو ماموں کہنے لگے آپ کو بھی کتابوں کا شوق ہے ساتھ پڑوس میں ٹیچر تھے خود فوت ہوگئے ان کی کتابیں ہیں کوئی وارث نہیں جس کو پسند آتی ہے لے جارہا ہے اگر آپ کو کوئی کتاب پسند ہو تو آپ بھی لے جائیں۔ ماموں کو ساتھ لے کر گیا چند کتابوں کیساتھ ان کی ذاتی ڈائری جس میں ان کے تجربات لکھے ہوئے تھے ساتھ لایا۔ اب ڈائری سے تجربات کرنے لگا ایک دن دوران مطالعہ ایک جگہ لکھا ہوا **”عینک توڑ ترکیب“** میں توجہ سے ان صفحات کو پڑھنے لگا۔ ترکیب دل کو لگی احساس ہوا کہ سچائی ہے اور واقعی فائدہ ہوگا۔ ساتھ لکھا ہوا تھا کہ میں نے کئی لوگوں کو یہ تراکیب یعنی نسخہ جات آزمانے کیلئے دیئے انہیں خوب فائدہ ہوا۔ بس اسی ڈائری سے میں نے ان تراکیب کو آزمایا اور نہایت مفید پایا۔ دل و جان سے فائدہ ہوا ٹیچر مرحوم کیلئے دل سے دعا نکلی اب میرا معمول ہے کہ روزانہ اس ٹیچر کو ایک بار سورۂ یٰسین پڑھ کر بخشتا ہوں۔

قارئین! یہ تھی کہانی اور میرے قلم کی زبانی جو میں اس وقت دوران سفر بوقت دن ایک بج کر 9 منٹ پر جہاز میں بیٹھا لکھ رہا ہوں۔ آیئے! دیر نہ کریں اور آپ تک وہ امانت پہنچائیں جو میں نے اس دوست سے حاصل کی جو موٹے شیشوں والی عینک سے نجات پاچکا ہے۔

بادام دیسی (واضح رہے امریکن موٹے بادام کبھی نہ لیں ان میں کسی قسم کی غذائیت نہیں ہوتی میں انہیں بر انگر بادام کہتا ہوں) ایک پاؤ گرم پانی میں رات کو بھگو رکھیں صبح چھیل کر پاک صاف کپڑے پر پھیلا کر اوپر پاک صاف کپڑا ڈال کر سائے میں خشک کریں۔ نمی خشک ہوجائے تو انہیں آدھ کلو خالص شہد میں بھگو دیں اب اس شہد میں 50 گرام بڑی الائچی‘ 50 گرام چھوٹی الائچی بھی باریک پیس کر ملالیں۔ یہ کسی بڑے مرتبان اگر خالص شیشے کا ہو تو بہتر ہے ایک بڑا چمچہ بھرا ہوا صبح اور شام خوب چبا کر کھالیا کریں۔ 3 سے پانچ ماہ مسلسل بغیر کسی ناغے کے۔

دوسری ترکیب: یَانُوْرُ یَابَصِیْرُ نظر کی طاقت اور صحت کی نیت سے ہر نماز کے بعد کئی بار پڑھیں۔ تین سے پانچ ماہ بغیر کسی ناغے کے۔ یہ عمل لازم کریں اس سے زیادہ وقت کرلیں کم وقت نہ کریں۔ **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

غصہ ایک فطری جذبہ ہے۔ غصے کی بات پر غصہ آنا بھی چاہیے لیکن غصے میں بے قابو ہو کر خود کو تکلیف پہنچانے والے اذیت پسند لوگوں کی ذہنی صحت ٹھیک نہیں ہوتی۔ ایک نارمل اور صحت مند انسان کو اپنے غصہ پر قابو ہوتا ہے۔ غصے کی حالت میں وہ ایسی حرکتیں سرزد نہیں کرتا جو اپنے یا دوسروں کیلئے تکلیف دہ ہوں

نفسیات کا مضمون

میں مقامی کالج سے بی ایس سی کر رہی ہوں اور اپنی پسند پر نفسیات کا مضمون لیا ہے مگر اب پریشان ہوں یہ سوچ کر کہ نفسیات پڑھنے والے اور وہ جو نفسیات پڑھ چکے ہیں خود نفسیاتی مسائل میں گھرے رہتے ہیں اور نفسیات کا مضمون پڑھنے والے کی ذہنی حالت پر اثر انداز ہوتا ہے کیا مجھ پر بھی اس مضمون کے پڑھنے کے اثرات ہونگے۔ **(زینت' لاہور)**

مشورہ: آج کل تو اکثر لوگوں لوگوں کو نفسیاتی مسائل کا سامنا ہے اور نفسیاتی ذہنی امراض بھی بڑھ رہے ہیں۔ اب وہ لوگ جو نفسیات کے مضمون سے واقف ہیں یا وہ جو نفسیاتی مریضوں کا علاج کر رہے ہیں عام لوگوں سے اس اعتبار سے بہتر ہیں کہ اپنے اور اپنے اہل خانہ کے علاوہ دوست واحباب کے بارے میں جلد جان جاتے ہیں کہ انہیں نفسیاتی مرض کا آغاز ہو رہا ہے۔ بنسبت ان لوگوں کے جو ان امراض سے ناواقف ہیں اور ان کے گھر یا خاندان کا کوئی فرد نفسیاتی مریض ہوتا ہے تو وہ درگاہوں' مزاروں' عاملوں کے چکر میں جنگلوں' ویرانوں میں پریشان پھرتے ہیں۔ آپ یہ مضمون ضرور پڑھیں اس کے آپ کے ذہن اور شخصیت پر مثبت اثرات مرتب ہوں گے۔

اذیت پسندی

مجھے بہت جلد غصہ آجاتا ہے۔ اگر گھر میں کسی سے لڑائی ہوجائے تو اپنے سر پر چوٹ مارتا ہوں۔ سر دیواروں سے ٹکراتا ہوں۔ صرف اپنے سر پر تشدد کرتا ہوں جس کی وجہ سے اب ہر وقت سر میں درد رہنے لگا ہے۔ میری اس عادت کی وجہ سے گھر والے بھی بہت پریشان رہتے ہیں۔ **(علی اکبر' قصور)**

غصہ ایک فطری جذبہ ہے۔ غصے کی بات پر غصہ آنا بھی چاہیے لیکن غصے میں بے قابو ہو کر خود کو تکلیف پہنچانے والے اذیت پسند لوگوں کی ذہنی صحت ٹھیک نہیں ہوتی۔ ایک نارمل اور صحت مند انسان کو اپنے غصہ پر قابو ہوتا ہے۔ غصے کی حالت میں وہ ایسی حرکتیں نہیں کرتا جو اپنے یا دوسروں کیلئے تکلیف دہ ہوں۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ کو اپنے بڑھتے ہوئے غصے کا احساس ہوگیا ہے اب اس پر قابو پانے کی شعوری کوشش بھی ممکن ہے۔ جب آپ پرسکون ہوں تو غور کریں کہ معمولی سی بات پر اتنا غصہ کر کے ٹھیک نہیں کیا۔ آئندہ کوئی بات ہوگی تو درگزر سے کام لیں گے۔ خود کو مصروف رکھیں گے پھر بھی کسی پر غصہ آنے لگے تو کوئی بھی حرکت کرنے سے قبل پانی پئیں۔ منہ ہاتھ دھولیں' کھڑے ہیں تو بیٹھ جائیں۔ گہرے گہرے سانس لیں۔ کچھ وقت گزرنے دیں۔ آپ محسوس کریں گے کہ غصہ کے جذبات کی شدت کم ہوئی ہے۔

اعتماد میں کمی

مجھے سکول چھوڑے چار سال ہوگئے ہیں میرے اندر اعتماد بالکل ختم ہوگیا۔ نہ کسی سے بات کرتا ہوں اور نہ کسی کا سامنا کرپاتا ہوں۔ کہیں جا بھی نہیں پاتا۔ اذیت سی رہتی ہے۔ زندگی گزارنی مشکل لگتی ہے۔ اس وقت عمر 19 سال ہے۔ پرائیویٹ امتحان کی تیاری کر رہا ہوں۔ اپنی غلطیوں کا احساس ہوتا ہے۔ **(ف۔ک' ملتان)**

مشورہ: سکول چھوڑنے والے لڑکے لڑکیوں کو بروقت درست رہنمائی مل جائے تو وہ بہت سی پریشانیوں اور مسائل سے محفوظ رہ سکتے ہیں جب دماغ پر جذبات کا غلبہ ہوئی آزمائشیں اور مسائل سامنے ہوں تو کچھ غلط بھی ہوسکتا ہے۔ غلطیوں کا احساس ہوجائے تو اصلاح کی طرف بڑھنے والے قدم تیز ہوجاتے ہیں آپ امتحان کی اچھی تیاری کریں۔ والدین کے فرمانبردار رہیں آپ کو گھر میں اہمیت حاصل ہوگی تو شخصیت میں اعتماد بڑھے گا جو گھر سے باہر بھی برقرار رہ سکتا ہے کیونکہ امتحان میں کامیابی شخصیت کو مزید استحکام بخشے گی۔

بچپن یاد آتا ہے

مجھے بچپن کی باتیں بہت یاد آتی ہیں۔ وہ وقت جب میں غیر شادی شدہ تھی' اچھا تھا۔ وہ زندگی اچھی تھی۔ رات کو دیر تک جاگتی ہوں' پرانی باتوں پر سوچتی ہوں پھر دماغ پر بوجھ بڑھ جاتا ہے' مایوسی بڑھتی ہے تھکن بڑھتی ہے۔ **(شاہدہ' شیخوپورہ)**

مشورہ: اگر پرانی باتیں یاد کرنی ہیں تو وہ یاد کریں جن سے خوشی حاصل ہو' مزاج پر اچھا اثر پڑے۔ جو زندگی اچھی تھی اس کا احساس بھی اچھا ہونا چاہیے۔ رات کو دیر تک جاگ کر اور ذہن پر بوجھ بڑھا کر تو آپ تھک رہی ہیں اور تھکے ہوئے ذہن سے کچھ اچھا کرنے کی امید نہیں کی جاسکتی۔ مایوسیوں اور تکلیف دہ ماضی سے باہر آکر زمانہ حال کی خوشیوں کو محسوس کرتے ہوئے ان نعمتوں پر شکر ادا کریں جو حاصل ہیں۔

بیوی چھوڑ کر چلی گئی!!!

ایک ماہ سے گھر میں اکیلا ہوں بیوی میکے چلی گئی ہے وہ کہتی ہے تم نشہ کرتے ہو' میں تمہارے ساتھ نہیں رہوں گی۔ حالانکہ میں نے اس کا خیال رکھنے میں کوئی کمی نہیں چھوڑی تھی۔ میں نے اس سے کافی عرصہ تک چھپایا پھر بھی وہ جان گئی کہ میں شراب پیتا ہوں۔ اس کے بلانے کیلئے خاندان والوں کے ساتھ بیٹھنا پڑے گا اور یہ راز کھلے گا۔ اسی ڈر کی وجہ سے میں کسی سے بات نہیں کر رہا اور تنہائی میں پاگل ہو رہا ہوں۔ ویسے بھی شراب کا بہت زیادہ عادی نہیں ہوں۔ **(عمران' لاہور)**

مشورہ: نشہ چھپ کر کیا جائے یا ظاہر میں اس کے نتیجے میں سامنے آنے والے مسائل سے اس وقت تک چھٹکارا حاصل نہیں کیا جاسکتا جب تک نشہ نہ چھوڑا جائے' شراب حرام ہے یہ کم لیں یا زیادہ اس کا نقصان تو ہوگا۔ اگر آپ یہ نشہ کرنا ترک کردیں گے تو اس سے منسلک خوف بھی ختم ہوجائے گا۔ اپنی بیوی سے رابطہ کریں اور انہیں بتادیں کہ آپ نے شراب چھوڑ دی ہے۔ اس میں مشکل تو ہوگی کیونکہ نشہ کرنے والوں کی قوت ارادی بہت کمزور ہوجاتی ہے۔ آپ کو اس کے بدترین نقصانات کو مدنظر رکھتے ہوئے قوت ارادی میں اضافہ کرنا ہوگا۔ اس کے علاوہ جو باتیں چھپ نہیں سکتیں انہیں چھپانا نہیں چاہیے۔

مدینہ منورہ میں بزرگ سے ملا خاص دم

حافظ شمیم احمد

قارئین کرام! ان دموں کو مدینہ منورہ اور مکہ میں فی سبیل اللہ لوگوں کو کرتے رہے اور مخلوق خدا جھولیاں بھر بھر کر دعائیں دیتی رہی۔ اگر آپ کو ان دموں سے فائدہ ہو تو میرے لیے بھی دعا اور مسجد میں حسب استطاعت رقم ضرور ڈال دیں۔

مجھے بیت اللہ شریف حج پر جانے کی سعادت نصیب ہوئی۔ پرائیویٹ گروپ والے حج سے پہلے ہی مدینہ منورہ لے گئے نو دن وہاں رہنے کا شرف حاصل ہوا۔ ہمارے گروپ میں ایک بزرگ بھی شامل تھے مجھے ان کی خدمت کا موقع ملا اور وہ مجھ سے بہت خوش تھے۔ کہنے لگے تمہیں ایک تحفہ دینا چاہتا ہوں لیکن یہ کسی کو بتلانا نہیں ہے۔ لیکن میرے بار بار اصرار اور ترغیب پر اسے عام کرنے کی اجازت دیدی۔

قارئین کرام! ان دموں کو مدینہ منورہ اور مکہ میں فی سبیل اللہ لوگوں کو کرتے رہے اور مخلوق خدا جھولیاں بھر بھر کر دعائیں دیتی رہی۔ اگر آپ کو ان دموں سے فائدہ ہو تو میرے لیے بھی دعا اور مسجد میں حسب استطاعت رقم ضرور ڈال دیں۔ مسجد کی خدمت تاکید ہے۔ یہ ان دموں کی زکوٰۃ ہے۔ یہ چاروں دم صرف ثواب کی نیت سے آپ کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔

جسم میں کسی بھی جگہ درد ہو: سر میں، ڈاڑھ میں، گردن میں، پیٹ میں، گھٹنوں میں یا ریح کا درد ہو جو کہ پاؤں میں اوپر نیچے پھرتا ہے یا کبھی کولہے میں ہوتا ہے غرض جسم میں کسی جگہ بھی درد ہو تو پہلے اول آخر 11 مرتبہ کوئی سا بھی درود شریف پڑھیں پھر بسم اللہ پڑھ کر 7 مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھیں۔ 11 مرتبہ سبحان اللہ' 11 مرتبہ الحمدللہ' 11 مرتبہ اللہ اکبر پڑھیں۔ 11 مرتبہ **اَلْعَظْمَةُ لِلّٰہِ** پڑھ کر درد والی جگہ پر تین پھونکیں ماریں۔ درد انشاء اللہ ختم اور آرام آجائے گا۔ کچھ افاقہ محسوس ہو تو اس عمل کو دوبارہ کریں اور تعداد بڑھاتے جائیں۔ کچھ صدقہ خیرات پہلے نکال دیں۔ حاجت کے دو نفل پڑھنے نہ بھولیں۔ باوضو دم کریں۔ درود شریف کوئی بھی پڑھ لیں اجازت ہے۔

زہرباد کا دم: ہاتھ یا پیر لال سرخ ہو جاتے ہیں' پھوڑا سا بن جاتا ہے' پیپ ڈل جاتی ہے' شدید درد رہتا ہے' بعض دفعہ دودھ پیتا بچہ ماں کی چھاتی پر سر مار دیتا ہے جس کی وجہ سے گٹھی بن جاتی ہے' چھاتی پر پھوڑا سا بن جاتا ہے نوبت آپریشن تک آجاتی ہے۔ بھینس' گائیں اور بکری وغیرہ کے تھن پر زہرباد ہو جاتا ہے تھن سوج جاتا ہے' گٹھی بن جاتی ہے جس کی وجہ سے جانور کو شدید درد رہتا ہے اس کیلئے یہ اکسیر کی حیثیت رکھتا ہے' اعتماد شرط ہے۔ کوئی سا بھی درود شریف 11 مرتبہ پہلے اور 11 مرتبہ بعد میں پڑھنا ہے۔ بسم اللہ پڑھ کر 3 بار سورۃ فاتحہ پڑھ کر متاثرہ جگہ پر ایک پھونک ماریں پھر 3 بار سورۃ فاتحہ پڑھ کر دوسری پھونک ماریں پھر 3 بار پڑھ کر پھونک ماریں۔ غرض 9 دفعہ سورۃ فاتحہ پڑھ کر 3 پھونکیں مارنی ہیں۔ اصل چیز پھونک کی تعداد ہے۔ پورے وثوق اور اعتماد کے ساتھ دم کریں۔ اللہ کا کلام ہے' شفاء یقینی ہے۔ مکۃ المکرمہ کا تحفہ ہے آرام آنے پر مسجد میں کچھ پیسے ضرور ڈلوا دیں' تاکید ہے۔ شدید درد میں سورۃ فاتحہ کی تعداد بڑھاتے جائیں۔

زہریلی چیز کاٹنے کا دم: پہلے اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں پھر بسم اللہ کے ساتھ سات مرتبہ سورۃ فاتحہ پڑھیں پھر آخری 3 قل یعنی سورۃ اخلاص' سورۃ فلق اور سورۃ ناس ایک دفعہ پڑھ کر درد والی جگہ پر 3 پھونکیں ماریں۔ پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں اور نمک پر دم کر کے پانی میں گھول کر ڈنگ والی جگہ پر ڈالیں۔ سوزش اور چبھن کم ہو جائیگی۔ افاقے کی صورت میں صدقہ دیں۔

جسم کے کسی بھی عضو میں خرابی ہو: کینسر کا پھوڑا ہو' شوگر کا پھوڑا' پیٹ میں پھوڑا' جس میں کسی بھی جگہ گٹھی ہو' یرقان ہو یا جگر خراب ہو غرض جسم کے کسی عضو میں خرابی ہو تو مندرجہ ذیل دم کے الفاظ جادو کا اثر رکھتے ہیں۔ دم کے کچھ عرصہ بعد پھوڑا پھٹ جائیگا پیپ بہہ جائیگی۔ پورے بھروسے کیساتھ باوضو قبلہ رخ بیٹھ کر یہ وظیفہ پڑھیں۔ دو رکعت نماز نفل حاجت پڑھنا نہ بھولیں اور صدقہ زکوٰۃ کی کچھ رقم پہلے ہی نکال کر تقسیم کر دیں یا کسی مستحق کو بھجوا دیں اور مریض کو نماز کی تلقین کرتے رہیں۔ طریقہ یہ ہے:۔ 11 مرتبہ پہلے اور 11 مرتبہ بعد میں درود شریف پڑھنا ہے یہ کلمہ 40 مرتبہ اس طرح پڑھنا کہ پہلے 12 مرتبہ پڑھ کر متاثرہ جگہ پر ایک لمبی سی پھونک ماریں۔ پھر 12 مرتبہ پڑھ کر اسی جگہ دوسری پھونک ماریں۔ پھر 16 مرتبہ پڑھ کر تیسری پھونک ماریں۔ یہ کلمہ ٹوٹل 40 مرتبہ پڑھنا ہے۔ اور کلمہ یہ ہے۔ (جس میں کوئی شرکیہ الفاظ نہیں) بسم اللہ پڑھ لیں۔ "کچھے' کچھرالی' چندری' نالے' تھن' ٹھلیا' چندری وجائے جمول' تنس بی بی آمنہ' جس جایا بیٹا نبی پاک رسول ﷺ۔ برحق لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ ۔۔ پورا کلمہ پڑھنا ہے۔ ساتھ ہی پانی پر دم کر کے 3 گھونٹ مریض کو پلائیں۔ سرسوں کے تیل پر بھی ساتھ ہی پھونک مار کر درد والی جگہ پر بار بار لگائیں۔

مرکزِ روحانیت و امن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس 'مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہو رہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

عبدالرشید' محمد عمران شاہ' شہباز و اہلیہ' مریم سلیم' رابعہ' شوکت رفیق' محمد اسحاق' ڈاکٹر سکندر' نسرین وقار' شاہین' طارق نذیر' محمد الیاس' محمد ندیم' محمد بشیر' سہیل عدیل' حاجی عابد حسین' امتیاز احمد رانا' محمد ریاض' عامر' عائشہ' قمر النساء' محمد طاہر' رخسانہ عظمیٰ نصیر' نعیم و بیگم' عمران اعجاز' توقیر' لاہور۔ محمد سجاد' قیصر محمود' منڈی بہاؤالدین۔ ناہید' مختار احمد' محمد اقبال' غلام محمد' محمد فیاض' احسن گلفام' حافظ عثمان' محمد عرفان' فہد' مظفر علی' محمد امجد' منیر احمد' امجد ساجد' ہدایت اللہ' طارق' سلیم' محمد بشیر' عثمان احمد' زکریا' مس بشیر' سید محمد' نعیم اختر' بابر شاہد' مس عابدہ' حارث' عاصیہ بی بی' مس سبحان' فاخرہ سنگیتا' سعید احمد' محمد بشیر' رفعت' ساجد حسن' عشرت' محمد رمضان' شازیہ' قاری احمد شبیر صدیقی' بشریٰ منیر' مس افتخار' امجد بیگ' محمد اسلم' محمد رفیق بھٹی' عائشہ اختر' نازیہ' عظمت اللہ' کرن' عرفہ امیر' محمد لطیف' محمد رفیق' محمد نواز' گل شگفتہ' ثمینہ' شاہد اقبال' رانا ذوالفقار' رضوانہ فاروق' فیصل' سید طاہر سعید' احمد سعید' احمد' آصف مشتاق' فوزیہ طارق' حافظ محمد اکرام' بشریٰ اسلام' جمیلہ طارق' ظفر اللہ' امتیاز اختر' شاہ جہاں بی بی' شمشاد بی بی' محمد طاہر منیر' ریحانہ رفیق' سجاد الرحمٰن' فوزیہ امیر حسین' محمد افسر' عظیم' لاہور۔ افشاں' محمد یوسف' ثمرین' رفعت' بشریٰ اسلام' شہباز' پروین اختر' فوزیہ اکرام' عائشہ اکرام' مس ندیم' مس سعید' محمد طارق نذیر' مس علی' فاطمہ' اسحاق احمد و اہلیہ' زمرد' زبیدہ' آمنہ' عاصیہ قریشی' عامر بشیر' عائشہ عبید' مس فرحت' مختار احمد' غزالہ بہادر' عبدالروف' ملک محمد فیروز' طوبہ شفیع' محمد ادریس' محمد ندیم' رقیہ یونس' محمد صغیر' حافظ محمد عثمان' لاہور۔ علی رحمان' علی' محمد رشید اختر' حافظ عبداللہ' ثوبیہ خرم' مس نعیم' آصف مفتی' فیاض احمد' محمد اکبر' طاہر بیگ' عبدالوحید' ماجد علی' راجہ عزیز الرحمٰن' راجہ اختر نواز' فیاض احمد' محمد حامد اللہ' مخدوم اختر' روبینہ کوثر' تنویر جان' خلیل' مسرت پاشا' حاجی محدم شریف' مس سعید ملک' جاوید' شیخ زار' محمد ارشاد' ندیم سعید' بشریٰ طاہر' راحیل سعید۔

رضوان یوسف، فیصل آباد

میں نے کبھی ایسا بادشاہ نہیں دیکھا

صحابہ کرامؓ کے آداب نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی گواہی اس سے اچھے الفاظ میں دینا مشکل ہے۔تعریف اگر کسی دشمن کی زبان سے نکلے تو اس کی اہمیت زیادہ ہوجاتی ہے۔ مبارک بادی ہے ان عظیم بزرگوں کیلئے جنہوں نے اپنے آداب و اخلاق کا لوہا دشمنوں سے بھی منوالیا ہے

صلح حدیبیہ کے موقع پر قریش مکہ نے عروہ بن مسعود ثقفی کو نمائندہ بنا کر بھیجا تا کہ صلح کی شرائط طے کی جاسکیں۔ عروہ انتہائی ذہین، عقل مند اور غور و فکر کرنے والا آدمی تھا۔ مسلمانوں کے لشکر میں پہنچتے ہی اس نے ایک ایک چیز کو غور سے دیکھنا شروع کردیا یہاں تک کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی خدمت میں بیٹھ کر بات چیت کرنے کے دوران وہ مستقل صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین کے اٹھنے بیٹھنے کے انداز کو دیکھتا رہا جب وہ قریش مکہ کے پاس واپس آیا تو اس نے نبی علیہ السلام پر جان دینے والوں کے بارے میں ان خیالات کا اظہار کیا۔

اے میری قوم......! میں قیصرو کسریٰ اور نجاشی جیسے بادشاہوں کے درباروں میں حاضر ہوا ہوں میں نے کبھی ایسا بادشاہ نہیں دیکھا کہ جس کے اصحاب اس کا اتنا ادب کرتے ہوں جتنی عزت محمد ﷺ کے اصحاب ان کی کرتے ہیں۔ اللہ کی قسم جب وہ تھوک بھی پھینکتے ہیں تو ان کے اصحاب میں سے کوئی نہ کوئی اپنے ہاتھ پر لے لیتا ہے۔ جب وہ وضو کرتے ہیں تو اس کا پانی لینے کیلئے اصحاب ایک دوسرے سے آگے بڑھنے کی کوشش کرتے ہیں۔ جب کوئی حکم فرماتے ہیں تو ان کے اصحاب اس حکم کو پورا کرنے کیلئے دوڑتے ہیں۔ جب وہ کلام فرماتے ہیں تو ان کے اصحاب کی آوازیں ہلکی ہوجاتی ہیں۔ مزید یہ کہ اصحاب انہیں بڑی محبت اور ادب کی نگاہوں سے دیکھتے ہیں۔''

صحابہ کرامؓ کے آداب نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی گواہی اس سے اچھے الفاظ میں دینا مشکل ہے۔ تعریف اگر کسی دشمن کی زبان سے نکلے تو اس کی اہمیت زیادہ ہوجاتی ہے۔ مبارک بادی ہے ان عظیم بزرگوں کیلئے جنہوں نے اپنے آداب و اخلاق کا لوہا دشمنوں سے بھی منوالیا ہے۔

ایک بزرگ فرماتے ہیں: ادب ایک تاج ہے جو اللہ تعالیٰ کے لطف و مہربانی سے ملتا ہے اسے اپنے سر پر رکھ اور جہاں چاہے جا۔ (عزت پائے گا)

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ اگر کسی شدید ضرورت اور تقاضے کی وجہ سے صحابہ کرام رضی اللہ عنہم کو نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے حجرے کا دروازہ کھٹکھٹانا پڑتا تو وہ ازراہ ادب اپنے ناخنوں سے کھٹکھٹایا کرتے تھے مقصد یہ ہوتا کہ اطلاع بھی ہوجائے اور زیادہ آواز بھی نہ آئے کہیں طبیعت مبارک پر بوجھ کا باعث بھی نہ بنے۔

ہمیں بھی اپنے بزرگوں، اللہ کے نیک بندوں، اساتذہ اور والدین کا ادب و احترام کرنا چاہیے اور ان کے سامنے شور و غل اور ان کے ساتھ بدتمیزی سے پیش آنا یا ان کی بات نہ ماننا یہ ان کے آداب کے خلاف ہے۔ سکول سے جب واپسی ہو تو گھر کا دروازہ زور سے نہ کھٹکھٹائیں بلکہ آہستگی سے اپنے آنے کی خبر دیں اور پھر اندر جا کر دروازہ بند بھی آہستہ سے کریں تا کہ ہمارے عمل سے امی جان کو تکلیف نہ ہو اور ماں باپ جب ہمیں کچھ سمجھائیں تو ہم خاموشی سے ان کی بات سنیں اور اگر کبھی ڈانٹ بھی دیں تو ہرگز پلٹ کر جواب نہ دیں۔

بیٹا یہ کوا ہے

ایک صاحب بوڑھے ہوگئے، انہوں نے بیٹے کو اعلیٰ تعلیم دلا کر فاضل (خوب قابل) بنادیا۔ ایک دن گھر کے صحن میں باپ بیٹا بیٹھے ہوئے تھے، اتنے میں ایک کوا گھر کی دیوار پر آ کر بیٹھ گیا تو باپ نے بیٹے سے پوچھا کہ بیٹا! یہ کیا چیز ہے؟ بیٹے نے کہا ابا جان! یہ کوا ہے۔ تھوڑی دیر کے بعد پھر باپ نے پوچھا بیٹا! یہ کیا چیز ہے؟ اس نے کہ ابا جان یہ کوا ہے۔

پھر جب تھوڑی دیر گزر گئی تو باپ نے پوچھا کہ بیٹے! یہ کیا چیز ہے؟ بیٹے نے کہا ابا جان! ابھی تو آپ کو بتایا تھا کہ یہ کوا ہے۔ تھوڑی دیر گزرنے کے بعد پھر باپ نے پوچھا کہ بیٹا یہ کیا چیز ہے؟ اب بیٹے کے لہجے میں تبدیلی آگئی اور اس نے جھڑک کر کہا کہ ابا جان! کوا ہے......کوا......

پھر تھوڑی دیر کے بعد باپ نے پوچھا کہ بیٹا! یہ کیا ہے؟ اب بیٹے سے نہ رہا گیا اس نے کہا کہ آپ ہر وقت ایک بات پوچھتے رہتے ہیں۔ ہزار مرتبہ کہہ دیا کہ یہ کوا ہے......؟ آپ کی سمجھ میں بات نہیں آتی۔

بہرحال! اس طرح بیٹے نے باپ کو ڈانٹنا شروع کردیا۔ تھوڑی دیر کے بعد باپ اٹھ کر اپنے کمرے میں گیا اور پرانی ڈائری نکال لایا اور اس ڈائری کا ایک صفحہ کھول کر بیٹے کو دکھاتے ہوئے کہا کہ بیٹا! یہ ذرا پڑھنا کیا لکھا ہے؟ چنانچہ اس نے پڑھا تو اس میں یہ لکھا تھا کہ '' آج میرا چھوٹا بیٹا صحن میں بیٹھا ہوا تھا میں بھی بیٹھا ہوا تھا۔ اتنے میں ایک کوا آ گیا تو بیٹے نے مجھ سے 25 مرتبہ پوچھا کہ ابا جان یہ کیا ہے؟ تو میں نے 25 مرتبہ جواب دیا کہ بیٹا یہ کوا ہے اور اس ادا پر بڑا پیار آیا اس کے پڑھنے کے بعد باپ نے کہا!

بیٹا دیکھو! باپ اور بیٹے میں یہ فرق ہے۔ جب تم بچے تھے تو تم نے مجھ سے 25 مرتبہ پوچھا اور میں نے 25 مرتبہ بالکل اطمینان سے نہ صرف جواب دیا بلکہ میں نے اس بات کا اظہار کیا کہ مجھے اس کی ادا پر بڑا پیار آیا۔ آج جب میں نے تم سے صرف پانچ مرتبہ پوچھا تو تمہیں اتنا غصہ آ گیا۔

دیکھا دوستو! ہم بڑے ہوکر واقعی اپنے ماں باپ کے احسانات بھول جاتے ہیں۔ حالانکہ انہوں نے کتنے مواقع پر ہمارے لیے نہ جانے کیا کیا مشکل برداشت کی ہوگی اس لیے ہم عہد کرلیں کہ کبھی ان سے غلط انداز سے بات نہیں کریں گے۔ اپنی آواز ان کی آواز سے نیچی رکھیں گے ان کی آواز پر نرمی سے جواب دیں گے۔

روحانی پھکی کی کرامات

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے گزشتہ 9-8 سال سے زبردست خارش تھی۔ خارش اتنی شدید ہوتی تھی کہ جسم سے خون بہنا شروع ہوجاتا تھا۔ خارش کی وجہ سے میرا پورا جسم زخموں سے بھرا ہوا تھا۔ میں نے ہر جگہ سے ادویات لیں لیکن کہیں سے کوئی فائدہ نہ ہوا۔ آخر تھک ہار کر میں نے ادویات لینی ہی چھوڑ دیں۔ پھر ایک دن عبقری کے میگزین میں روحانی پھکی کے بارے میں پڑھا۔ میں نے آخری امید سمجھ کر روحانی پھکی استعمال کی۔ حکیم صاحب صرف 3 ماہ کے استعمال سے میری 9-8 سال پرانی خارش بالکل ختم ہوگئی۔ **(راشد، پاکپتن)**

زخموں کا مفت علاج

ایک بڑی کارآمد جڑی بوٹی بتا رہا ہوں اس سے مجھے بہت زیادہ فائدہ ہوا۔ پیچھے وطنی میں ایک مریض کو بتایا جس کا پورا جسم گلا ہوا تھا اس کو بتایا تو وہ ٹھیک ہوگیا۔

اس کا نام (چنبل بوٹی) ہے۔ مرید کے شہر میں سیزن میں عام ہوتی ہے۔ کوٹ کر زخموں پر صرف ایک گھنٹہ رکھنی ہے۔ بیماری چوس لے گی مگر زخم بن جائیں گے جو علاج سے ٹھیک ہوجائینگے اور بیماری بھی ختم ہوجائیگی۔ **(ظہیر الحسن، لاہور)**

بختیار سلیمان، پشاور

اذان اور مسنون دعا کے غیبی اثرات

۔تھوڑی تھوڑی دیر بعد مجھے کوئی غیبی طاقت پکڑ لیتی میں لڑتا دعائیں پڑھتا، پھر سے سب ختم ہو جاتا۔ آخر صبح کے قریب میں اٹھا وضو کیا شاید نفل بھی پڑھے۔ اذان دی اذان دینے سے مجھے ایسا محسوس ہوا کہ سب کچھ ختم سا ہو گیا

یہ دسمبر 2007ء کا واقعہ ہے۔ ہمیں ایک کمپنی کے ساتھ کام کے سلسلے میں صوبہ خیبر پختونخواہ (سرحد) کے مختلف شہروں میں جانا تھا بڑے بھائی کے کہنے پر میں اور ہماری دکان کا ایک کاریگر شوکت پہلے پشاور اور پھر نوشہرہ، چارسدہ، ایبٹ آباد، مانسہرہ اور صوابی گئے ہم نے تقریباً تین چار دنوں میں ان شہروں میں کام مکمل کیا۔ اب کوہاٹ اور ڈیرہ اسماعیل خان جو ہماری آخری منزل تھی جانا تھا۔

ہم پیر کی صبح ضروری سامان وغیرہ لے کر ہوٹل پہنچے کچھ انتظار کے بعد کمپنی والا ایک شخص آیا اور ہم اس کے ساتھ روانہ ہو گئے اس نے باہر سے ایک ٹیکسی اسپیشل کوہاٹ کیلئے کرائی۔ کوہاٹ پہنچے کام ختم کر کے ڈیرہ اسماعیل روانہ ہو گئے ہم مغرب کے قریب ڈی آئی خان پہنچے تھے۔ وہاں کام ختم کیا عشاء پڑھی پھر وہیں رات گزارنا طے ہوا۔ کمپنی والوں کے ساتھ ان کے گھر گئے کھانا کھایا اور ہم ایک کمرے میں سو گئے۔ یہ ایک بڑا سا کمرہ تھا کمرے میں دو بیڈ ساتھ ساتھ پڑے تھے۔ سارے کمرے میں قالین بچھا ہوا تھا۔ کمرے کے ایک کونے میں بیت الخلاء بھی تھا۔

میں بیڈ پر اور شوکت مجھ سے کچھ فاصلے پر زمین پر کمبل لے کر سو گیا۔ رات کو مجھے محسوس ہوا کہ کوئی میرے بیڈ کے ساتھ کھڑا ہے جب میری آنکھ کھلی تو دیکھا ایک عورت کھڑی کہہ رہی ہے کہ میں تمہیں زندہ نہیں چھوڑوں گی (اس عورت کی شکل مجھے اپنی پھوپھو جیسی لگی جو دماغی مریضہ ہے) یہ کہہ کر اس نے میرے اوپر چھلانگ لگا دی میں نے مختلف دعائیں وغیرہ پڑھنا شروع کر دیں اور اس سے زور آزمائی کرنے لگا کہ میرے اوپر سے ہٹ جائے۔ میں نے جو دعائیں پڑھیں وہ یہ تھیں آیۃ الکرسی اَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللّٰهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وغیرہ تو میں نے دیکھا کہ کوئی اس عورت کو مار رہا ہے پھر کچھ سکون ہوا تو میں سو گیا۔ کچھ دیر بعد میں نے محسوس کیا کہ مجھے کسی نے پکڑ رکھا ہے میں نے پھر دعائیں پڑھیں اپنے آپ کو چھڑانے کی کوشش کی پھر سے سکون ہو گیا۔ میں اب کافی ڈر چکا تھا میں نے جلدی سے شوکت کو آواز دی اور اٹھایا اور کہا یہاں کچھ ہے وہ نیند میں تھا میری بات نہ سمجھ سکا میں کمبل لے کر اس کے ساتھ لیٹ گیا مگر وہاں میں پریشان ہی رہا۔ تھوڑی تھوڑی دیر بعد مجھے کوئی غیبی طاقت پکڑ لیتی میں لڑتا دعائیں پڑھتا، پھر سے سب ختم ہو جاتا۔ آخر صبح کے قریب میں اٹھا وضو کیا شاید نفل بھی پڑھے۔ اذان دی اذان دینے سے مجھے ایسا محسوس ہوا کہ سب کچھ ختم سا ہو گیا۔ وہیں جماعت سے فجر پڑھی پھر ہم دونوں میزبان کا انتظار کرنے لگے۔ انہوں نے ناشتہ کرایا اور یہ پوچھا کہ رات کیسی گزری تو میں نے کہا یہ مسئلہ تھا تو تب میزبان نے بتایا کہ ہمارے ہاں جنات ہیں اور ہم نے بہت مرتبہ ان کو دیکھا بھی ہے اور کبھی کبھی وہ ہمیں تنگ بھی کرتے ہیں۔ خیر ہم نے اپنا سامان باندھا اور واپسی کی تیاری کی۔

یہ میری زندگی کا سچا اور انوکھا واقعہ ہے جسے میں آج تک فراموش نہیں کر سکا اور آج بھی جب یہ واقعہ اور وہ رات یاد کرتا ہوں تو کانپ اٹھتا ہوں اور کلام الٰہی پر یقین اور بڑھ جاتا ہے۔

پریشانیاں ختم کرنے والے پیکیج

السلام علیکم! حکیم صاحب آپ کے بتائے ہوئے وضو کے بعد تین گھونٹ پانی والے عمل، 6 سورتوں والے عمل، سبحان اللہ والے عمل اور اذان سے ماشاء اللہ ہماری کافی پریشانیاں دور ہو رہی ہیں اور الحمدللہ گھر میں سب کو سر ڈھکنے کی عادت ہو گئی ہے، تقریباً ہر حاجت پوری ہو رہی ہے۔ سارے گھر والے نماز کی پابندی کر رہے ہیں۔ **(مسز فرزانہ اقبال)**

منجن بنانے کا نسخہ

سفید پھٹکری آدھا پاؤ، سہاگہ ایک پاؤ، لونگ ایک تولہ، کالی مرچ آدھا تولہ، نمک حسب ضرورت۔

سہاگہ کا باریک پاؤڈر بنالیں پھر توے پر ڈالیں، چولہا جلائیں اس کو پھول بنالیں، پانی بنے گا پھر بلبلے سے بنیں گے بعد میں خشک ہو جائیگا۔ چھری سے اتاریں۔ اب اس کو اور چاروں اشیاء کو خوب باریک پیس لیں۔ منجن تیار ہو جائے تو کسی نمک دانی میں ڈال کر رکھ لیں۔ خشک ہتھیلی پر ڈالیں۔ برش یا انگلی سے دانتوں میں کیجئے۔ منجن خشک جگہ پر رکھیں۔ بہت لاجواب ہے۔ **(ذکیہ اقتدار، بہاولنگر)**

حکیم ریاض حسین، مکڑوال میانوالی

امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کی دانائی

تم نے کہا کہ اسے فتنہ محبوب ہے پس اولاد کو قرآن میں فتنہ کہا گیا ہے اور اولاد سے ہر شخص کو فطری محبت ہوتی ہے پس وہ مومن ہے

ایک آدمی امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ کے پاس آیا اور ایک عجیب وغریب سوال کیا کہ آپ اس شخص کے بارے میں کیا کہتے ہو جو 1۔ بن دیکھے گواہی دیتا ہو۔
2: یہود ونصاریٰ کے قول کی تصدیق کرتا ہو۔
3۔ اللہ کی رحمت سے دور بھاگتا ہو۔
4۔ مردار کھالیتا ہو۔ 5۔ جس کی طرف اللہ نے بلایا ہو اس کی پرواہ نہ کرتا ہو۔
6۔ جس سے اللہ نے ڈرایا ہو اس کا خوف نہ کرتا ہو۔ 7۔ فتنے کو محبوب رکھتا ہو۔

امام ابوحنیفہ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا وہ شخص مومن ہے۔ سوال پوچھنے والا بڑا حیران ہوا کہنے لگا جی وہ کیسے؟ فرمایا:

دیکھو! تم نے کہا بن دیکھے گواہی دیتا ہو تو مومن اپنے پروردگار کی بن دیکھے گواہی دیتا ہے۔

تم نے کہا کہ یہود ونصاریٰ کے قول کی تصدیق کرتا ہو۔ قرآن میں آیا ہے۔ ترجمہ: ''یہود کہتے ہیں نصرانی حق پر نہیں اور نصرانی کہتے ہیں کہ یہود حق پر نہیں'' تو مومن ان دونوں کے اس قول کی تصدیق کرتا ہے۔

تم نے کہا کہ اللہ کی رحمت سے دور بھاگتا ہے تو دیکھو! بارش اللہ کی رحمت ہے اور بارش سے تو ہر بندہ بھاگتا ہے کہ کہیں کپڑے نہ بھیگ جائیں۔

دیکھو تم نے کہا کہ مردار کھاتا ہے تو مچھلی مردار ہوتی ہے اس کو تو ہر بندہ مزے لے لے کر کھاتا ہے۔

تم نے کہا کہ جس کی طرف اللہ نے بلایا ہے اس کی طرف رغبت نہیں کرتا، پس وہ جنت ہے کہ اللہ نے اس کی طرف بلایا ہے مگر اس کو مشاہدہ حق اتنا مطلوب ہے اللہ کی رضا اتنی مطلوب ہے کہ محبوب حقیقی کی طرف سے نظر ہٹا کر وہ جنت کی طرف نظر ڈالنا بھی پسند نہیں کرتا۔

تم نے کہا کہ جس سے اللہ نے ڈرایا ہے اس سے وہ ڈرتا نہیں تو وہ دوزخ ہے اس کو اپنے محبوب کی ناراضگی کی اتنی فکر رہتی ہے کہ جہنم میں جلنے کی پرواہ نہیں کرتا۔

تم نے کہا کہ اسے فتنہ محبوب ہے۔ پس اولاد کو قرآن میں فتنہ کہا گیا ہے اور اولاد سے ہر شخص کو فطری محبت ہوتی ہے پس وہ مومن ہے۔ سوال پوچھنے والے حیران رہ گیا۔

شہر خموشاں کے گمنام مسافر

سید واجد حسین بخاری‘ احمد پور

پتہ نہیں اس دانت سے اللہ کا رزق کتنی بار کھایا تھا۔ پتہ نہیں ان دانتوں سے حلال کھایا تھا یا حرام کھایا تھا۔ پتہ نہیں اس زبان کے ذائقہ کیلئے کتنے انسانوں پر ظلم کیا ہوگا۔ پتہ نہیں اولاد کیلئے کتنی ناجائز کمائی کے ذریعے جائیداد بنائی ہوگی

اللہ پاک کا حکم ہے کہ کائنات کے رموز میں غور وفکر کرو۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ دنیاوی ہوس سے ہٹ کر اپنے من کی اصلاح کیلئے وقت نکالیں اور کائنات میں قدم قدم پر بکھرے واقعات کو دیکھیں اور اصلاح کریں اور جس قدر وقت میسر ہے اس کی قدر کریں اور اس کو بہتر طریقے سے استعمال کریں تاکہ اللہ کے ہاں ہر لمحہ کا حساب دے سکیں۔

سفر اس نیت سے کریں کہ اللہ پاک اس کو خیر کا ذریعہ بنائے اور دل کی گرہ کھول دے۔ احمد پور شرقیہ سے 22 کلومیٹر جانب مغرب دنیائے عالم کا مشہور شہر اوچ شریف واقع ہے جو کہ ایک تاریخی شہر ہے جہاں سے سکندر اعظم گزرا تھا۔ اس وجہ سے اوچ شریف میں اور گردونواح میں کھجوروں کے باغات پائے جاتے ہیں جہاں مخدوم سید جلال الدین بخاری سرخ پوش رحمۃ اللہ علیہ ساتویں صدی عیسوی میں اوچ شریف تشریف لائے۔ جہاں دینی درس گاہیں‘ یونیورسٹی موجود تھی۔ علوم اسلامیہ کا بہت بڑا مرکز تھا۔ ابن بطوطہ کے مطابق جب وہ اوچ شریف پہنچا تو وہاں کی جامع مسجد میں ہزاروں کی تعداد میں مسلمان اعتکاف میں بیٹھے ہوئے تھے۔ ظاہر ہے کہ اتنا بڑا شہر تھا تو قبرستان بھی اتنے ہی بڑے ہونے چاہئیں۔ ویسے تو اوچ شریف میں بہت ہی قدیم قبرستان موجود ہیں۔

پچھلے دنوں اوچ شریف زیارت کیلئے حاضر ہوا۔ حضرت مخدوم جلال الدین سرخ پوش رحمۃ اللہ علیہ کے مزار کی جانب مشرق سڑک نیچے جاتی ہے۔ اس طرف چل نکلا۔ سڑک کے دونوں جانب قبرستان ہے۔ جانب جنوب تو قبرستان چلتا رہتا ہے مگر جانب شمال کچھ سڑک کے دوسری طرف مکانات آجاتے ہیں۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ قبرستان کے درمیان میں قبروں کو مسمار کر کے سڑک بنائی گئی ہے۔ قبرستان ایک ٹیلہ پر واقع ہے اور سڑک سے تقریباً پندرہ فٹ اونچا ہے۔ بارشوں کی وجہ سے جانب سڑک کافی قبریں کھل گئی ہیں۔ صاف نظر آتا ہے کہ یہاں قبریں موجود ہیں۔ چھوٹی اینٹیں نظر آتی ہیں چھوٹی اینٹوں سے ویسے بھی واضح نظر آتا ہے کہ تقریباً سات سات قبریں اوپر نیچے بنی ہوئی ہیں۔ قریب جا کر غور کیا تو پتہ چلا کہ بہت ہی بوسیدہ انسانی ’’گڈلی‘‘ کا اوپر والا حصہ باہر نکلا ہوا تھا جو کہ تقریباً نیچے چوتھی قبر میں سے ظاہر ہو رہا تھا اس کے سامنے والا بوسیدہ قبر سے کھوپڑی کا نچلا حصہ نکلا ہوا تھا جس پر صرف ایک دانت نظر آرہا تھا۔ اندازاً یہ قبریں تقریباً تین سو سال پرانی ہوں گی۔ اس جوڑ اور انسانی دانت کو دیکھ کر سوچنے لگا کہ یہ انسان اس زمین کے اوپر اکڑ اکڑ کر چلا کرتا تھا۔ پتہ نہیں کتنی دفعہ ان قدموں پر چل کر اللہ کی نافرمانی کا مرتکب ہوا ہوگا۔ کتنی دفعہ اس نے کہا ہوگا کہ ’’میں ابھی طاقت ور ہوں مجھے موت نہیں آسکتی‘‘ اب تو اس کے نام ونسب کا بھی پتہ نہیں‘ پتہ نہیں امیر تھا یا غریب تھا۔

پتہ نہیں اس دانت سے اللہ کا رزق کتنی بار کھایا تھا۔ پتہ نہیں ان دانتوں سے حلال کھایا تھا یا حرام کھایا تھا۔ پتہ نہیں اس زبان کے ذائقہ کیلئے کتنے انسانوں پر ظلم کیا ہوگا۔ پتہ نہیں اولاد کیلئے کتنی ناجائز کمائی کے ذریعے جائیداد بنائی ہوگی۔ وہ مر گیا اس کا بیٹا مر گیا‘ اس کا بیٹا مر گیا‘ اس طرح تقریباً سات اولادیں ختم ہوگئیں۔ کوئی جاننے والا نہیں۔ قبر کی مٹی نے اس کو کھالیا‘ صرف ایک دانت ہی باقی بچا ہوا تھا۔ باقی خوبصورت چہرہ‘ خوبصورت جسم‘ سب فنا ہوگیا۔ سب کو کیڑے مکوڑے کھا گئے۔ ان کی اولادوں کو کیڑے مکوڑے کھا گئے۔ کچھ باقی نہیں بچا۔ پتہ نہیں انہوں نے قبر میں جانے کیلئے تیاری بھی کی تھی یا نہیں۔ یہ تو کوئی صاحب کشف ہی بتا سکتا ہے کہ ان کے ساتھ اللہ نے کیا معاملہ کیا۔

میں یہ سوچنے لگا کہ میں نے بھی اسی طرح اس مٹی میں جانا ہے۔ میرے جسم کو بھی قبر کی مٹی کھا جائے گی۔ میرے جسم سے بھی گوشت اتر جائیگا۔ ہڈیاں جدا ہوجائینگی اب بھی وقت ہے توبہ کرنے کا۔ اللہ توبہ ضرور قبول کرتا ہے اور قبر کو نور سے بھر دیتا ہے۔

تھوڑا سا آگے چلیں تو جانب شمال سڑک کے پار ایک قبر آتی ہے وہ تقریباً تیسری تہہ کی قبر ہے اور اندر سے کھلی ہوئی ہے اور واضح طور پر جلنے کے نشان موجود ہیں۔ ایسے معلوم ہوتا ہے کہ جیسے اینٹوں کی بھٹی پکائی گئی ہو۔ سب کچھ جل کر راکھ ہوگیا ہے۔ مگر واقعی وہ قبر ہے۔ اینٹوں کی بھٹی نہیں ہے کیونکہ باقی اردگرد کی قبریں موجود ہیں۔ ہڈیاں بھی جل گئی ہیں۔ پتہ نہیں اس سے ایسا کونسا گناہ سرزد ہوگیا کہ اس کی قبر آگ سے بھر گئی۔ ساتھ والی قبریں ٹھیک تھیں مگر صرف ایک قبر میں آگ کے آثار موجود تھے۔ سوچنے کی بات ہے کہ کیا ہمارے اعمال ایسے ہیں کہ ہماری قبریں محفوظ رہیں گی؟ کیا ہم رزق حلال کھا رہے ہیں کیا ہم بچوں کو رزق حلال کھلا رہے ہیں کہ ہمارے مرنے کے بعد ہماری قبروں پر فاتحہ کیلئے آئیں گے۔ کیا ہمارے اعمال ایسے تو نہیں ہیں کہ ہماری قبریں آگ سے بھر دی جائیں۔ اب بھی وقت ہے اے غافل انسان سنبھل جا۔ توبہ کا دروازہ کھلا ہے۔ آخرت سنوار لے۔ قبر کو راحت کا ذریعہ بنالے۔ قبر کو جنت کے باغوں میں سے باغ بنالے۔ ورنہ تیرا حشر بھی ویسے ہوگا جیسے بے نشان گمنام قبریں! دعا ہے کہ اللہ ہمیں موت کی‘ قبر کی اور آخرت کی تیاری کی توفیق دے اور دوسروں کے حقوق کی ادائیگی کی توفیق عطا فرمائے اور ہم سب کا ایمان پر خاتمہ کرے اور قبروں کو نور سے بھر دے۔

ساری بادشاہی اللہ ہی کیلئے

ایک بار اللہ کے لاڈلے نبی حضرت موسیٰ علیہ السلام نے اللہ پاک سے ضد کی کہ مجھے ایک رات اور ایک دن کی بادشاہی عطا کر دے۔ اللہ رب العزت نے فرمایا کہ نہیں موسیٰ! تو نہیں سنبھال سکتا جو میں نے سنبھال رکھا ہے‘ تو نہیں چلا سکتا جو نظام میں چلا رہا ہوں تو حضرت موسیٰ علیہ السلام نے پھر ضد کی کہ یا الٰہی! صرف ایک رات اور ایک دن کی حکومت میں کرنا چاہتا ہوں‘ مجھے عطا کر دے۔

اللہ رب العزت نے پھر وہی فرمایا کہ موسیٰ! تو یہ نظام نہیں سنبھال سکتا‘ نہیں چلا سکتا۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام نے پھر فریاد کی تو اللہ پاک نے فرمایا: اچھا اے موسیٰ! تو ایسا کر کہ رات کو ایک پیالہ پانی سے بھر کر ساری رات اس پیالے کو لے کر کھڑا رہ پھر تجھے ایک رات اور ایک دن کی بادشاہی ملے گی۔

حضرت موسیٰ علیہ السلام بخوشی راضی ہوگئے اور جب رات کو پیالہ پانی سے بھرا اور پیالہ ہاتھ میں لیے کھڑے ہوئے تو ابھی کچھ دیر ہی گزری تھی کہ حضرت موسیٰ علیہ السلام کو اونگھ آئی اور پیالہ ہاتھ سے گر گیا۔ اللہ پاک نے فرمایا اے موسیٰ! تم رات بھر ایک پانی کا پیالہ تو ٹھیک سے پکڑ نہیں سکے تم ایک رات اور ایک دن کیا بادشاہی سنبھالو گے۔ کیونکہ اللہ پاک نے قرآن پاک میں خود فرمایا ہے کہ ’’نہ اسے اونگھ آتی ہے نہ نیند‘‘ وہ ہر وقت دیکھ اور سن رہا ہے اور پل بھر کیلئے بھی غافل نہیں اور ساری بادشاہی اسی کیلئے ہے‘‘ سبحان اللہ۔ **(طیبہ جہاں‘ گوجرانوالہ)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

مئی کے جوابات

1۔بہن آپ سب گھر والے سورۃ الانعام کی آیت نمبر **45** پوری توجہ اور کامل یقین کے ساتھ بے تحاشہ اور بلاتعداد پڑھیں۔خصوصاً مریضہ اس کی بہت زیادہ کثرت کرے۔ **90** دن میں آپ کو بہت واضح رزلٹ ملنا شروع ہوجائیگا۔ مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھیے گا۔ **(کرنل اشفاق' لاہور)**

2۔صفدر خان صاحب واقعی منہ سے بات کے دوران تھوک نکل کر دوسرے کے منہ پر پڑنا بہت ہی بُری بات ہے۔جس سے انسان کو ہر وقت شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے۔اس قسم کی عادت سے انسان احساس کمتری کا شکار ہوجاتا ہے اور ترقی کی دوڑ میں بہت پیچھے رہ جاتا ہے۔ صفدر صاحب آپ کا علاج بہت ہی سادہ اور بہترین ہیں آپ ہر مہینے صرف 3 روزے رکھ لیں انشاءاللہ چار پانچ ماہ کے اندر اندر آپ اس عادت سے چھٹکارا پالیں گے۔ **(شفیق بٹ' آزاد کشمیر)**

3۔اکتوبر 2010ء کے عبقری میں مندرجہ ذیل جڑی بوٹی کے فوائد لکھے گئے تھے میں نے اس کو پابندی سے استعمال کیا اور مجھے اس کا حیرت انگیز ناقابل یقین فائدہ ہوا لیکن پرہیز شرط ہے۔وہ اقتباس درج ذیل ہے۔

''جڑی بوٹیوں کے ایک ماہر کے مشورے سے وہ اجمود (اجوائن کی ایک قسم ہے) کی چائے پینے لگے جس کے بڑے حیرت انگیز نتائج برآمد ہوئے۔کسی تکلیف کے بغیر کھل کر پیشاب آنے لگا اور سب سے حیرت کی بات تو یہ ہوئی کہ چند ہی روز کے استعمال سے پیشاب میں شکر غائب ہوگئی۔ابتداء میں اس کی چائے پینے سے پیشاب میں خاصا غلیظ مادہ خارج ہوتا رہا جو آہستہ آہستہ کم ہونے لگا یہاں تک کہ پیشاب بالکل صاف ہوگیا۔اجمود کی چائے (5-3 گرام) ذیابیطس کے دیگر مریضوں کیلئے بھی مفید ہے۔'' **(ماریہ' اسلام آباد)**

4۔جب بھی آپ نہا کر باہر آئیں تو بیس قدم الٹا چلیں یعنی سامنے رخ کرکے پچھلی طرف متوازن بیس قدم اٹھائیں۔یہ آپ کیلئے ایک تحفہ ہے۔ **(زینب خاتون' پشاور)**

جون کے سوالات

1۔میرے گھر میں کچن میں برتنوں' کسی ٹوکری کے نیچے اور فریج کے نیچے اور کمروں میں بہت سی جگہوں پر بہت زیادہ تعداد میں چھپکلیاں (چھپکلی) ہیں برائے مہربانی آسان سا حل بتادیں۔پہلے پڑھا تھا کہ انہیں گھر سے بھگانے کیلئے چونا نسوار تمباکو ہم وزن لیکر مکس کرلیں لیکن اس ٹوٹکے سے وہ بیہوش ہوں گی جس سے کراہت آتی ہے گھر سے بھگانے کیلئے کوئی آسان سا علاج بتادیں۔ **(فریحہ اشرف' لاہور)**

2۔میری بیگم کو عرصہ 3 ماہ سے Arm Frogen Pain بائیں طرف ہے۔انجکشن لگوا چکے ہیں۔مالش کرچکے ہیں مگر درد بدستور ہے۔ہم تمام گھر والے اس وجہ سے بہت پریشان ہیں۔ امید ہے کہ کوئی بہن' بھائی کوئی علاج یا ٹوٹکہ بتائیں تاکہ اس بیماری سے چھٹکارا حاصل کرسکیں۔ **(محمد یعقوب' راولپنڈی)**

3۔محترم قارئین السلام علیکم! میرا قد چھوٹا ہے جس کی وجہ سے میں پریشان ہوں' میری عمر 17 سال ہے لیکن میں لگتی صرف 12 یا 13 سال کی ہوں' میری تمام کزن میرا مذاق اڑاتی ہیں میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میری کمر میں درد رہتا ہے تقریباً عرصہ آٹھ ماہ سے۔قارئین سے گزارش ہے کہ میرے مسائل کا جلد از جلد حل ارسال کریں۔شکریہ! **(ہمشیرہ محمد قاسم' میلسی)**

4۔ہمارا ایک کرایہ دار ہے جس سے ہمارا کیس چل رہا ہے وہ نہ تو کرایہ دیتا ہے اور نہ جگہ چھوڑتا ہے۔بے انتہا پریشان کرتا ہے۔ہمیں قتل کی دھمکیاں دیتا ہے۔ہمارا اس کے ساتھ مقدمہ بھی چل رہا ہے۔ہم بہت مجبور' بے بس اور کمزور ہوچکے ہیں کیونکہ نہ تو ہمارے پاس پیسہ ہے اور نہ ہی کوئی طاقتور تعلقات۔قارئین سے دعا اور وظیفے کی درخواست ہے۔ **(محمد کامران' لاہور)**

اعصاب اور مردانہ طاقت کیلئے

مصطگی رومی' دارچینی' بڑی الائچی سب ہم وزن' مصری اس سفوف سے نصف وزن ملالیں۔چھ ماشہ رات کو سوتے وقت دودھ سے لیں۔ **(محمد یونس قادری' ٹنڈوآدم)**

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 15

حضرت جمیع بن عمیر تمیمی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ میں اپنی خالہ کے ساتھ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کی خدمت میں حاضر ہوا پھر میں نے ان سے پوچھا: لوگوں میں کون حضور نبی اکرم ﷺ کو سب سے زیادہ محبوب تھا؟ انہوں نے فرمایا: حضرت فاطمہ رضی اللہ عنہا پھر عرض کیا گیا اور مردوں میں سب سے زیادہ محبوب کون تھا؟ حضرت علی رضی اللہ عنہ تھے۔ **(امام ترمذی' حاکم)**

حضرت حنش رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے حضرت علی رضی اللہ عنہ کو دو مینڈھوں کی قربانی کرتے ہوئے دیکھا تو میں نے ان سے پوچھا یہ کیا ہے؟ انہوں نے جواب دیا کہ حضور نبی کریم ﷺ نے مجھے وصیت فرمائی ہے کہ میں ان کی طرف سے بھی قربانی کروں لہٰذا میں ان کی طرف سے قربانی کرتا ہوں۔ **(امام ابوداؤد' امام احمد)**

حضرت صفیہ بنت شیبہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ صبح کے وقت اس حال میں باہر تشریف لائے کہ آپ ﷺ نے ایک چادر اوڑھ رکھی تھی جس پر سیاہ اون سے کجاووں کے نقش بنے ہوئے تھے۔حضرت حسن بن علی رضی اللہ عنہ آئے تو آپ ﷺ نے انہیں اُس چادر میں داخل فرمالیا' پھر حضرت حسین رضی اللہ عنہ آئے اور ان کے ساتھ میں داخل ہوگئے پھر سیدہ فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا آئیں تو آپ ﷺ نے انہیں بھی چادر میں داخل فرمالیا' پھر حضرت علی کرم اللہ وجہہ کریم آئے تو آپ ﷺ نے انہیں بھی چادر میں داخل فرمالیا۔ پھر آپ ﷺ نے یہ آیت مبارکہ پڑھی ''اے اہل بیت! اللہ تو یہی چاہتا ہے کہ تم سے (ہر طرح کی) آلودگی دور کردے اور تمہیں خوب پاک وصاف کردے۔'' **(امام مسلم)**

حضرت عمران بن حصین رضی اللہ عنہ ایک طویل روایت بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: بے شک علی مجھ سے ہے اور میں اس سے ہوں اور میرے بعد وہ ہر مسلمان کا ولی ہے۔ **(ترمذی' احمد)**

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

کھول لیں۔مجھے یہ لگا شاید کچھ غلط پڑھ لیا ہے پھر دل کو تسلی دی یہ تو میں دو ماہ سے پڑھ رہی ہوں دوبارہ آنکھیں بند کیں وہی وائٹ کلر کی دیوار تھی اور ہلکی روشنی باقی رہ جاتی ہے۔حکیم صاحب اس سے پہلے خواب میں مجھے نبی پاک ﷺ کی زیارت بھی نصیب ہوئی تھی۔ **(ایک بہن)**

مدینے کا سفر

خواب: میں نے دیکھا کہ میں ایک گاڑی میں جا رہی ہوں' بہت ٹریفک ہے اور ہمارے آگے ایک بس ہے جس میں میڈیکل کے لڑکے اور لڑکیاں ہیں۔ پھر میں اپنے آپ کو اس بس میں کھڑا محسوس کرتی ہوں میں ڈرائیور کے پیچھے بس کا پائپ پکڑ کر کھڑی ہوں حالانکہ میرے برابر والی سیٹ پر جگہ ہوتی ہے مگر میں پسینے کی وجہ سے نہیں بیٹھتی۔ بس میں سب بیٹھے ہیں بس کی سیٹ اتنی بڑی ہے کہ میں نے آج تک ایسی سیٹیں نہیں دیکھیں باہر بہت دھواں ہوتا ہے تو میں اپنے چہرے پر دوپٹہ باندھ لیتی ہوں اور میں پلٹ کر کھڑی ہو جاتی ہوں جہاں سے مجھے پیچھے کے لوگ نظر آنے لگتے ہیں' ان میں لڑکے بھی ہوتے ہیں تو میں سوچتی ہوں کہ اچھا ہوا میں نے دوپٹہ باندھ لیا اب یہ مجھے نہیں دیکھ سکتے۔ پھر بس میں چند لڑکیاں اور چڑھنے لگتی ہیں تو میں جلدی سے اپنے برابر والی سیٹ پر بیٹھ جاتی ہوں تا کہ جگہ مل جائے پھر ایک لڑکی اپنے میڈیکل کے پریکٹیکل کا بتانے لگتی ہے وہ بار بار بیچ میں حضور ﷺ کا نام لیتی ہے وہ جیسے ہی نام لیتی ہے میں بھی ساتھ میں ﷺ کہتی رہتی ہوں تو میرے ساتھ والی لڑکی پوچھتی ہے کہ یہ کس کا ذکر کر رہی ہے تو میں بتاتی ہوں کہ حضور ﷺ کا۔ پھر میں کھڑکی سے باہر جھانکتی ہوں تو مجھے دور ایک اونچی بلڈنگ پر ہرا گنبد نظر آتا ہے اور مجھے محسوس ہوتا ہے کہ یہ گنبد خضرا ہے پھر میں دوبارہ سے اپنے آپ کو اسی گاڑی میں محسوس کرتی ہوں اور وہ بس ہمارے آگے سے دور جاتی دکھائی دیتی ہے۔ **(شائلہ' کراچی)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ بشارت دی گئی ہے کہ انشاء اللہ آپ کو مدینہ منورہ کی حاضری نصیب ہوگی آپ کثرت سے درود شریف پڑھا کریں اور سنت پر عمل کریں۔ سیرت النبی ﷺ بالخصوص اسوۂ رسول ﷺ کا مطالعہ کریں۔

مردہ بلی

خواب: میں نے دیکھا کہ سسرال والے گھر کے قریب جو پانی گزرتا ہے جسے پنجابی میں (کس) کہتے ہیں ہم میاں بیوی ہاتھوں میں ہاتھ ڈالے شلواریں گھٹنوں سے اوپر کیے پانی کے اندر سے گزر رہے ہیں۔ (حقیقت میں گھٹنوں سے نیچے تک پانی ہے اور گندا ہے) (کس) کے دوسرے کنارے یہ آٹا پیسنے والی مشین ہے۔ (حقیقت میں نہیں) اس کے پاس میری نند' ساس اور ساس کی بڑی بہن آٹا پیسنے والی مشین کے کمرے کے اوپر جو شیڈ سا نکلا ہے اس کے نیچے کھڑی ہیں۔ میں آوازیں دے رہی ہوں۔ ان کے پاس بالکل ان کے قدموں کے نیچے ایک سفید رنگ کی بلی مری پڑی ہے۔ میں سوچتی ہوں مری بلی کیوں انہوں نے پاس رکھی ہے اور ہمیں کیوں بلوا رہی ہیں۔ میری نند اچانک دوڑتی ہوئی آتی ہے میرے میاں کا ہاتھ پکڑ کر اپنی جانب کھینچتی ہے اور میں اپنی جانب کھینچتی ہوں کہ مجھے چھوڑ کر نہ جانا۔ اسی کھینچا تانی میں ہم دونوں میاں بیوی گھٹنوں تک گہرے کیچڑ میں دھنس جاتے ہیں اور میں میاں کا ہاتھ نند کے ہاتھ سے چھڑا لیتی ہوں مگر وہ پھر پکڑ لیتی ہے۔ **(ج۔ر۔ ملتان)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو اور آپ کے شوہر کو حاسدوں کی طرف سے جادو کے ذریعے پریشان کرنے کی کوشش کی جا رہی ہے لیکن آپ کے دشمن انشاء اللہ نا کام ہوں گے۔ آپ بعد نماز فجر سورۂ طٰہٰ ایک بار پڑھ لیا کریں اور بعد نماز مغرب سورۂ طٰہٰ کی آیت نمبر 70-69 گیارہ بار پانی پر دم کر کے خود بھی پی لیں اور شوہر کو بھی پلائیں۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

سرخ آندھی

خواب: میں نے دیکھا کہ میں امی اور ابو کے کمرے میں موجود ہوں اور ہمارے درمیان دادی کی قبر ہے مٹی بالکل کچی اور گیلی ہے۔ اچانک وہ قبر زور زور سے ہلنے لگتی ہے اور پورے کمرے میں جیسے زلزلہ آ جاتا ہے۔ تھوڑی دیر بعد جب ٹھیک ہو جاتا ہے اور دادی کی قبر تین چار دفعہ اوپر کو اٹھتی ہے مگر میرے ابو اسے دبا کر ٹھیک کر دیتے ہیں۔ تھوڑی دیر بعد میں اس کمرے کے آگے سے گزرتی ہوں تو قبر کھلی ہوئی ہوتی ہے اور صرف دادی کا چہرہ نظر آ رہا ہوتا ہے جو دروازے کی طرف ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں صحن میں کھڑی ہوتی ہوں کہ اچانک آندھی آ جاتی ہے آسمان بالکل سرخ ہو رہا ہے اور گرد اڑ رہی ہے سب لوگ مجھے اکیڈمی جانے سے منع کرتے ہیں اور میں سوچتی ہوں کہ یہ تو بے وقوف ہیں میں اکیلی چلی جاؤں گی اور واپسی پر موسم ٹھیک ہوگا۔ پھر دیکھتی ہوں کہ میری انگلی میں کالے رنگ کی ویلویٹ کے کپڑے کی انگوٹھی ہے میں اسے گھماتی ہوں اور سوچتی ہوں کہ یہ میری انگلی میں اچھی لگ رہی ہے میں اسے کبھی نہیں اتاروں گی۔ **(سائرہ' پشاور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے بعض کاموں میں شدید رکاوٹیں آنے کا اندیشہ ہے۔ آپ فوری طور پر نیک اعمال کی طرف متوجہ ہوں بالخصوص نماز کی پابندی کریں اور حسب توفیق صدقہ دے دیا کریں۔

بوسیدہ جھونپڑی

خواب: میں نے شادی کیلئے استخارہ کیا تو خواب آیا کہ ایک بوسیدہ جھونپڑی ہے جس کے دائیں طرف ایک کچا مکان مع چاردیواری ہے۔ جھونپڑی کی چھوٹی سی چھت ہے اور وہ ایک طرف سے بند ہے باقی تین طرف سے کھلی ہے اور جھونپڑی کی چھت اندر کی طرف سے بہت کالی ہے۔ اسی جھونپڑی میں ایک عورت یا لڑکی بیٹھی ہے اور ایک مرد جس کی عمر تقریباً 40-45 سال ہوگی مرد مسلمان بھی نہیں ہے۔ میں جھونپڑی میں جاتا ہوں تو مرد مجھے دیکھ کر تھوڑا مسکراتا ہے۔ عورت یا لڑکی اٹھ کر جھونپڑی سے باہر چلی جاتی ہے۔ جھونپڑی کے قریب ایک کچا گھر ہے اس کے اندر ایک بھیڑ نکل کر عورت کے پاس آتی ہے پھر دوسری بھیڑ آ کر عورت کے قریب کھڑی ہوتی ہے۔ دوسری بھیڑ تھوڑی خوبصورت ہے۔ میں بھی باہر آ کر عورت سے کہتا ہوں ہم اور بھی بھیڑیں خریدیں گے۔ یہ بھیڑ فروخت نہیں کریں گے۔ عورت نے بلوچی لباس پہنا ہے۔ یہ لوگ رشتہ دینے کیلئے تیار ہیں ابھی میں شش و پنج میں ہوں کیا کروں۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق یہ اشارہ ہے کہ فوری طور پر گناہوں سے توبہ کریں۔ ورنہ شدید پریشانی میں مبتلا ہونے کا اندیشہ ہے۔ بالخصوص رشتہ کے حوالے سے ناکامی کا سامنا ہوگا۔

طالب علموں کیلئے تحفہ

امتحان میں شاندار کامیابی حاصل کرنے کیلئے اول تو محنت شرط ہے اس کے بعد کلام الٰہی سے استفادہ حاصل کرنا چاہیے۔ **1**۔ سورۂ قلم: ایک مرتبہ سیاہی کی دوات پر پڑھیں اور وہی سیاہی پین میں بھر لیں پھر ایک دفعہ دوبارہ پڑھ کر قلم کی نوک پر پھونک مار دیں اسی قلم سے پرچہ حل کریں' انشاء اللہ جواب چھپے ہوئے آنکھوں کے سامنے آجائیں گے۔

2۔ طالب علم دو رکعت نفل پڑھے پھر سورۂ فتح پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلے اور امتحان دینے کیلئے روانہ ہو جائے۔

3۔ اس کے علاوہ سورۃ الاعلیٰ بھی پڑھ کر روانہ ہو۔ انشاء اللہ کامیابی قدم چومے گی۔ میرے آزمودہ وظائف ہیں۔

(محمد فاران ارشد بھٹی' مظفر گڑھ)

خزانے کا گھڑا‘ 25 روپے کا قرضہ

منظور احمد

قل خوانی کے بعد چاروں بیٹے اس کوشش میں تھے کہ کس طرح خزانے سے بھرا گھڑا اسے مل جائے مگر حاجی صاحب ان کے ہاتھ آنے والے نہ تھے۔ انہوں نے کہا کہ مرحوم نے میرے 25 روپے دینے ہیں وہ میں لوں گا

حافظ اسلم صاحب نے بتایا کہ ان کے بزرگ دوست تھے ان کا نام حاجی رحیم بخش تھا۔ حاجی رحیم بخش کا ایک دوست تھا۔ حاجی صاحب کئی دفعہ اپنے دوست سے اولاد کے رویہ کی بابت پوچھتے رہتے تھے مگر ان کا دوست وضع دار قسم کا آدمی تھا اس لیے ہمیشہ ہی اس نے اپنے بیٹوں کی تعریف کی کہ میرے بیٹے بہت اچھے ہیں‘ میرا بہت خیال رکھتے ہیں‘ وقت پر روٹی دیتے ہیں‘ مگر حاجی صاحب یہ بات ماننے کیلئے تیار نہیں ہوتے تھے۔ ایک دن ان کا دوست بہت ہی نقاہت میں چل کر آیا اور اس کے چہرے پر پہلے والی رونق نہیں تھی۔

حاجی صاحب نے حال احوال پوچھا تو ان کا دوست خاموش ہوگیا۔ حاجی صاحب نے دوبارہ پوچھا تو ان کا دوست رونے لگا اور کہنے لگا کہ آج چوتھا دن ہے بیٹوں نے کھانا نہیں دیا حالانکہ سارے اکٹھے رہتے ہیں میں اپنی کوٹھڑی میں پڑا رہتا ہوں مگر کوئی پوچھنے تک نہیں آتا۔ یہ اس دور کی بات ہے جب چاندی کے سکے چلتے تھے۔ حاجی صاحب نے تمام معاملہ سننے کے بعد اپنے دوست کو کہا کہ گھبرانے کی ضرورت نہیں جیسا میں کہتا ہوں ویسا کرتے جاؤ۔ حاجی صاحب نے مٹی کا ایک گھڑا منگوایا جو عام طور پر گھروں میں پانی کیلئے استعمال ہوتا ہے اور ایک ٹوٹا ہوا گھڑا منگوایا۔ ٹوٹے ہوئے گھڑے کے ٹکڑے ٹکڑے کردیئے اور جو سالم گھڑا تھا اس کو ان ٹکڑوں (ٹھیکروں) سے بھر دیا۔ پھر 25 روپے چاندی کے سکے منگوائے اور گھڑے کے منہ پر رکھتے گئے۔ چاندی کے سکوں کو اس ترتیب سے رکھا کہ پورا گھڑا ہی چاندی کے سکوں سے بھرا ہوا معلوم ہوتا تھا۔ جب گھڑا سکوں سے مکمل ہوگیا تو حاجی صاحب نے اپنے دوست کو سمجھایا کہ یہ گھڑا گھر لے جاؤ اور اپنی کوٹھڑی میں رکھ دو اور ایک ایک کرکے اپنے بیٹے اور بہو کو بلاؤ اور اسے کہو کہ میرے پاس ساری زندگی کی جمع پونجی یہ چاندی کے سکوں کا بھرا ہوا گھڑا ہے اور اس کا پتہ صرف ایک تم کو ہے باقیوں کو علم نہیں ہے حاجی صاحب کا دوست خوشی خوشی گھڑا گھر لے گیا اور اپنے بڑے بیٹے کو بلایا بہو ساتھ تھی۔ بڑے رازدارانہ لہجے میں کہا اور دکھایا کہ میرے پاس چاندی کے سکوں کا گھڑا بھرا ہوا ہے یہ آپ کا ہے۔ میرے مرنے کے بعد تم اکیلئے اس کے وارث ہو اور دوسرے بیٹوں کو اس کا علم نہیں۔ اسی طرح چاروں بیٹوں کو یہ بات کہی۔ اب چاروں بیٹے یہ سمجھ رہے تھے کہ اس خزانہ کی بابت صرف اسے علم ہے باقی بھائیوں کو علم نہیں ہے۔ دوسرے دن وہ دوست حاجی صاحب کو ملا اور کہا کہ مجھے سمجھ نہیں آتی کہ کونسا کھانا کھاؤں کیونکہ چاروں بیٹوں کے گھر سے الگ الگ کھانا تین وقت آرہا ہے۔ اس طرح حاجی صاحب کی حکمت سے ان کے دوست کی زندگی اچھی گزرنے لگی اس واقعہ کے بعد حاجی صاحب کا دوست تقریباً ایک سال تک زندہ رہا۔ ایک سال بعد ان کا دوست فوت ہوگیا۔

حاجی صاحب کو اطلاع ملی فوراً اس کے گھر گئے اور اس کے کمرے کو تالا لگا دیا اور سب کے سامنے کہنے لگے کہ مرحوم ان کا قریبی دوست تھا اور اس کے پاس ایک......بس یہی الفاظ کہے کہ بڑا بیٹا بول پڑا کہ ٹھیک ہے ٹھیک ہے‘ حاجی صاحب نے چار بار کہا کہ ان کے پاس ایک......تو ان کوئی نہ کوئی بیٹا بول پڑتا کہ ”ٹھیک ہے‘ ٹھیک ہے“ کیونکہ حاجی صاحب کو گھڑے کی کہانی کا مکمل علم تھا تو حاجی صاحب نے کہا کہ مرحوم کی تجہیز و تکفین اور قل خوانی ہو جائے اس کے بعد مرحوم کے ذاتی کمرے کا تالا کھولوں گا۔ چاروں بیٹوں نے مل کر بڑے اچھے طریقے سے قل خوانی کا اہتمام کیا۔ قل خوانی کے بعد چاروں بیٹے اس کوشش میں تھے کہ کسی طرح خزانے سے بھرا گھڑا اسے مل جائے مگر حاجی صاحب ان کے ہاتھ آنے والے نہ تھے۔ انہوں نے کہا کہ مرحوم نے میرے 25 روپے دینے ہیں وہ میں لوں گا۔ سب بیٹوں نے کہا کہ ہم 25 روپے دینے کیلئے تیار ہیں۔ سب بیٹوں کی موجودگی میں حاجی صاحب نے گھڑا نکالا‘ ہر بیٹا کہتا کہ ابا جی یہ گھڑا اس کو دے گئے تھے۔ حاجی صاحب کہنے لگے تحمل کریں مرحوم گھڑے کے بارے میں مجھے سب کچھ بتا گئے ہیں اور گھڑے میں سے 25 روپے گن کر الگ کرلیے اور گھڑے کو الٹ دیا تو اس میں سے ٹوٹے ہوئے گھڑے کے ٹکڑے نکلے۔ سب بیٹے حیران و پریشان کہ یاالٰہی ماجرہ کیا ہے؟ حاجی صاحب نے تمام واقعہ سنایا کہ گھڑے کا مشورہ میں نے دیا تھا اور 25 روپے بھی میں نے دیئے تھے اس گھڑے کی وجہ سے آپ نے اپنے والد کی خدمت کی آپ کا شکریہ!

عبقری نے شوگر ٹھیک کردی

محمد علی‘ ملتان کینٹ

میں نے ماہنامہ عبقری میں شوگر کا نسخہ پڑھا تھا اور پھر یہ نسخہ اپنی بیوی کو استعمال کرایا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے ادارے کا ماہنامہ عبقری میرے گھر باقاعدگی سے آتا ہے۔ اس جیسا رسالہ ہم نے آج تک نہیں دیکھا۔ ماہنامہ عبقری ایسا رسالہ ہے جس کی جتنی تعریف کی جائے کم ہے کیونکہ یہ واحد رسالہ ہے جس میں بیک وقت طبی اور روحانی دونوں طریقوں سے لوگ فیض پا رہے ہیں۔ اس کے ایک ایک حرف میں شفاء ہے۔ ہم آپ کے لکھے ہوئے نسخوں سے مستفید ہوتے رہتے ہیں اور دوسروں کو بھی یہ نسخے استعمال کراتے ہیں۔ میں نے ماہنامہ عبقری میں شوگر کا نسخہ پڑھا تھا اور پھر یہ نسخہ اپنی بیوی کو استعمال کرایا۔ میری بیوی کو ابھی معمولی سی شوگر تھی۔ جو کبھی کبھار معمولی سی زیادہ ہو جاتی تھی۔

لیکن جب سے ماہنامہ عبقری میں چھپا نسخہ استعمال کرایا یقین جانیے دوا کھانے سے شوگر نارمل ہوگئی۔ دوا کھاتے ہوئے تین ماہ ہوگئے ہیں۔ شوگر بالکل نارمل آتی ہے۔ نسخہ لکھ رہا ہوں۔

ھوالشافی: تخم سرس‘ کوندکیکر‘ تمہ خشک تمام ہموزن کوٹ کر بڑے کیپسول میں صبح‘ شام لینا ہے۔ کھانے سے ایک گھنٹہ پہلے یا ایک گھنٹہ بعد۔

سورۃ والضحیٰ کی برکت

ایک آدمی ایک سائیکل کرائے پر لایا۔ وہ گم ہوگئی‘ تلاش کرنے کے بعد بھی نہ ملی۔ اس آدمی نے دکاندار کو سائیکل کی قیمت ادا کردی‘ اس دوران وہ سورۃ والضحیٰ کی تلاوت کرتا رہا۔ اللہ کا کرنا ایسا ہوا کہ چوروں کا ایک گروہ پکڑا گیا ان سے اس آدمی کی سائیکل سمیت 21 سائیکلیں چوری کی برآمد ہوئیں۔ **(عائشہ عباسی‘ کوئٹہ)**

سفید پیاز کے چند فوائد

اگر کسی کو ہیضہ کی بیماری لاحق ہو جائے تو سفید پیاز کا پانی دو تین دفعہ پینے سے ہیضہ دور جائے گا۔

دکھتی آنکھ کیلئے

سفید پیاز کا پانی دکھتی آنکھ کیلئے انتہائی نافع ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے کہ سفید پیاز کے پانی میں سلائی بھگو کر آنکھ میں چند دن لگانے سے آنکھ ٹھیک ہو جائیگی۔ **(منگا خان سکھو)**

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

ابلے آلو سیاہ کیوں ہوجاتے ہیں؟

ہمارے گھر میں چھوٹے آلو خریدے جاتے ہیں۔ ان کو کاٹ کر پکالیں تو وہ صحیح رہتے ہیں مگر ابالنے پر وہ سیاہ ہوجاتے ہیں۔ کوئی ٹوٹکا بتایئے تاکہ آلو ابالنے کے بعد سیاہ نہ ہوں۔ **(ساجدہ عمیر، میانوالی)**

مشورہ: آلو آپ سلور کی پتیلی میں نہ ابالیے۔ دوسری بات یہ کہ جب پانی میں دو تین جوش آجائیں تو تھوڑا سا سرکہ ڈال دیجئے اور ابلنے دیجئے۔ وہ کالے نہیں ہونگے۔ سبز رنگ کے آلو نہ ابالیے۔ وہ نقصان دیں گے۔ ابالنے کے بعد آلوؤں کو گرم گرم ہی چھیل لینا چاہیے ورنہ چھلکا دیر سے اترتا ہے۔ ابالتے وقت تھوڑا سا نمک بھی ڈال سکتی ہیں۔ چھلکے آسانی سے اتر جائیں گے۔ کٹلس بنانے کیلئے گرم آلو پیس لیجئے۔ ٹھنڈے ہونے پر ان میں لیس آجائے گا۔

الرجی سے پریشان

موسم بدلتا ہے تو مجھے کھلی ہوا میں نکلتے ہی عجیب سا محسوس ہوتا ہے۔ ناک میں خارش ہوکر چھینکیں آنے لگتی ہیں۔ نزلہ شروع ہوجاتا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں مجھے الرجی ہے۔ دواؤں سے وقتی طور پر آرام آجاتا ہے۔ کوئی ایسا ٹوٹکا نہیں جس سے یہ الرجی دور ہوجائے؟۔ **(نوشابہ سعید، لاہور)**

مشورہ: الرجی واقعی پریشان کن ہے اور بعض دفعہ تو بڑی تکلیف ہوجاتی ہے۔ اس کا ٹوٹکا تو نہیں مگر آپ تھوڑی سی غذا میں تبدیلی کرکے اپنی صحت کو مستحکم کرسکتی ہیں۔ ایک گڈی پودینے کی لیجئے اور ایک درمیانہ لہسن لے کر اس کو چھیل لیجئے۔ دس پندرہ ہری مرچیں اور ایک چمچ سفید زیرہ اور آدھا انچ ادرک کا ٹکڑا لے کر چٹنی پیس لیجئے۔ تھوڑا سا نمک ملایئے۔ صبح وشام یہ چٹنی کھایئے۔ توس میں لگا کر بھی کھاسکتی ہیں اور صبح اٹھ کر ایک گرم پانی کے کپ میں ایک چمچ شہد اور ایک لیموں کا رس نچوڑ کر پی لیجئے۔

موسمی پھل اور پانی، سبزیاں زیادہ استعمال کیجئے۔ سوتے وقت گرم پانی ہاتھ میں لے کر ناک میں ڈالیے جیسے وضو کرتے ہیں۔ پھر تھوڑا سا زیتون کا تیل لے کر ناک میں لگایئے۔ جیسے ہی نزلہ شروع ہو آپ دارچینی کی چائے یا قہوہ پی لیجئے۔ کالے چنے کا شوربا یا یخنی لیجئے۔ اس سے آپ کو یقینی فائدہ ہوگا۔ پھولوں کے قریب نہ جایئے۔ رات کو جوشاندہ بھی پی سکتی ہیں۔ اس میں پانچ چھ عناب ڈال لیجئے۔ عناب کا شربت الرجی کیلئے بہت فائدہ مند ہوتا ہے۔

ماؤں کیلئے مضمون

میرا اور میری بہنوں کا ایک بڑا مسئلہ ہے۔ کھاتے پیتے گھرانے سے تعلق ہے۔ ہمیں گھر میں کسی نے صحت کے بارے میں نہیں بتایا کہ کیا کھانا چاہیے اور جب بچی جوان ہوجائے تو اس کی متوازن خوراک کیا ہونی چاہیے اور ہمیں کیا احتیاط کرنی چاہیے۔ گھر میں ایسا لگتا ہے کہ پانچ چھوٹے موٹے ڈرم لڑھکتے پھر رہے ہیں۔ ہم سب کے پیٹ اور کولہے باہر کی طرف نکل آئے ہیں۔ یونیفارم پہنتے ہیں تو شرم آتی ہے۔

ابھی سے گھٹنے میں درد ہونے لگا ہے۔ پہلے میں مکھن بالائی بہت کھاتی تھی اب ڈر کے مارے کم کردی ہے کیونکہ وزن بڑھتا جارہا ہے۔ چہرے پر دانے ہیں۔ قبض رہتا ہے۔ جی بھر کر کھانا کھاتے ہی پیٹ پھول جاتا ہے۔ یقین مانیے میرے جسم میں سوائے ہوا اور چربی کے کچھ نہیں۔ ہم بہنیں اٹھارہ سے بائیس سال تک کی ہیں مگر قد چار فٹ دس انچ سے زیادہ کسی کا نہیں۔ ماہانہ نظام نہ ہونے کے برابر ہے۔ ہم لوگوں نے آئس کریم بہت کھائی ہے اب بھی کبھی کھالیتی ہیں۔ آپ ہماری جیسی بیٹیوں کی ماؤں کو بتایئے کہ اس عمر میں کیا احتیاط کرنی چاہیے تاکہ ہم لوگ سمارٹ رہیں۔ مہربانی کرکے میرا نام نہ چھاپیے گا۔

مشورہ: کھاتے پیتے گھرانے کی بچیاں دور سے نظر آجاتی ہیں بالکل آپ جیسی۔ اب تو ماشاء اللہ آپ بڑی ہوگئی ہیں اپنا خیال خود رکھ سکتی ہیں۔ ماؤں کو الزام نہ دیجئے۔ پہلے زمانے میں ماؤں کی نظر ہر بات پر ہوتی تھی۔ زیادہ گرم اور ٹھنڈی چیزوں سے پرہیز کیا جاتا تھا۔

مخصوص ایام میں ٹھنڈے مشروبات بھی نہیں دیئے جاتے تھے۔ ماؤں کو چاہیے وہ بچیوں پر خصوصی توجہ دیں اور ان کا خاص خیال رکھیں۔ اب آپ اپنا اور بہنوں کا خود خیال رکھیے۔ صبح شام سیر کی عادت ڈالیے، بے شک گھر کے صحن میں کیجئے۔ دوسری بات یہ کہ تلی ہوئی چیزیں، آلو کی چپس، کباب، سموسے، برگر، سینڈوچ اور ہر قسم کے کولڈ ڈرنکس چھوڑ دیجئے۔ صبح سادہ سا ناشتہ اور دوپہر کو صرف ایک چپاتی سبزی کے ساتھ ایک دو گوشت کی بوٹیاں بھی لے سکتی ہیں۔ کھیرا، گاجر، مولی، سلاد کاٹ کر اس پر لیموں چھڑکیے۔ بڑے مزے کی سلاد بنے گی وہ کھایئے۔ کریم، مکھن، جام، بالائی بالکل نہ کھایئے۔ اس سے آپ کا وزن بڑھے گا۔ لیموں کی سکنجبین پی سکتی ہیں۔ کینو، مالٹے اور گریپ فروٹ کھاسکتی ہیں۔ انجیر کے دو تین دانے کھانا کھانے کے بعد ضرور کھایئے اس سے ہاضمہ ٹھیک رہے گا۔

سب مذاق اڑاتے ہیں

پہلے میں بہت موٹی تھی۔ اب وزن کو کنٹرول کیا ہے تو میرا جسم بالکل سپاٹ نظر آتا ہے۔ سب لوگ مذاق اڑاتے ہیں۔ اب میں کیا کروں؟ مشترکہ نظام ہے۔ میں کوئی کریم بھی نہیں لاسکتی حالانکہ اخبار میں اشتہار آتے ہیں۔ اب آپ بتایئے کیا کروں؟ **(امامہ علی، لاہور)**

مشورہ: امامہ علی! آپ تو بہت اچھی ہیں وزن کنٹرول کرلیا، یہ بڑی بات ہے۔ اب آپ زیتون کا تیل منگوا کر اس سے مالش کریں۔ زیتون کا تیل ستر بیماریوں کا علاج ہے۔ معمولی سا تیل لگایئے تاکہ کپڑے چکنے نہ ہوں۔ پھر تولیے سے صاف کرلیں۔ کم از کم چھ ماہ ایسا کرنا ہوگا۔ اخباری اشتہارات پر نہ جایئے۔ میرے پاس بے شمار خط آتے ہیں کسی کو فائدہ نہیں ہوتا۔

بارہ سال کی بچی لگتی ہوں

میرا قد ساڑھے چار فٹ ہے۔ بالکل دبلی پتلی ہوں۔ عمر انیس سال ہے۔ میرے ساتھ کی لڑکیاں اچھے متناسب جسم کی مالک ہیں۔ بازار جاتی ہوں تو سب بے بی کہہ کر بلاتے ہیں۔ میرا خون کھول جاتا ہے۔ چند روز لٹکی مگر قد نہیں بڑھا۔ **(پوشیدہ، کراچی)**

مشورہ: بٹی! آپ کا قد بڑھ جائے گا اور صحت بھی ٹھیک ہوجائے گی۔ کسی اچھے معالج سے رابطہ کیجئے۔ رات کو ایک چمچ کشمش اور سات بادام آدھی پیالی پانی میں بھگو دیجئے۔ صبح اٹھ کر کشمش کھالیجئے اور بادام چھیل کر کھایئے۔ ایک پیالی دودھ پی لیجئے۔ تین کیلے روزانہ کھایئے۔ لٹکنے کی ورزش باقاعدگی سے کیجئے۔ چند روز میں فائدہ نہیں ہوگا مستقل علاج جاری رکھیے۔

کڑیلا صحت کیلئے کڑوا نہیں

شائزے' لاہور

اعضائے جنسی کوبھی کریلے تقویت بخشتے ہیں کیونکہ بہت کم ادویہ اوراغذیہ ایسی ہیں جوجریان اورضعف باہ کیلئے مفید ہوں۔ان ہی میں سے ایک کریلا ہے جس سے جریان کے مریض بھی مستفید ہوتے ہیں۔شرط صرف اتنی ہے کہ جریان اورضعف باہ کاباعث کوئی گرم خلط نہ ہو

کریلاموسم گرما کی لذیذ ترین ترکاریوں میں سے ایک ہے۔ یہ ترکاری سب کی دل پسند ہے۔

اس مشہورعام ترکاری کارنگ سبز' زردی مائل' شکل لمبوتری اور بیرونی سطح دھاری دار ہوتی ہے۔اس کے اندر بیضوی چپٹے بیج ہوتے ہیں جن کا ذائقہ تلخ اور مزاج گرم وخشک ہوتا ہے۔ بیرونی جلدکوچھیل کراوردرمیان میں سے سخت بیجوں کونکال کر سالن تیار کیا جاتا ہے۔ سالن تیار کرتے وقت اگر انہیں صرف گھی میں بھونا جائے اور پانی کی آمیزش نہ کریں تو اس کا ذائقہ بہت ہی لذیذ اوردل پسند ہوتا ہے۔لذت کام ودہن کیلئے ثابت کریلوں سے سخت بیج نکال کرگوشت کا قیمہ ابال کرنمک مرچ کے اضافہ سے ان میں بھرکرگھی میں تل کرکھانا لطف بیکراں دیتا ہے۔

کریلےصرف لذیذ ترکاری ہی نہیں بلکہ ایک ایسی مفید غذا بھی ہے جس کے جسم انسانی پر بہت اچھے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔کڑوے ہونے کی وجہ سے کریلے مشتہی' ہاضم اور مصفی خون ہوتے ہیں اوران کے کھانے سے پیٹ میں پیدا ہونے والے ریاح تحلیل ہوتے ہیں۔اس سے نظام انہضام کے خصوصی اعضاء مثلاً معدہ اور امعاء وغیرہ کوتقویت بھی حاصل ہوتی ہے۔ یہ کڑوے اور تلخ ہونے کی وجہ سے امعاء کے کیڑوں کوبھی ختم کرتے ہیں۔اس عمل کیلئے اس پائے کی کوئی بھی دوسری سبزی یا ترکاری نہیں ہوتی۔کریلوں کا پانی امعاء کے امراض میں بہت ہی نافع ہے۔خصوصی طورپر ہیضہ جو عالمگیر مرض کی حیثیت رکھتا ہے اس کا جرثومہ انتڑیوں میں ہی نشوونما پاتا ہے اورکریلوں کا پانی ایک چمچہ سے دو چمچہ کی مقدار میں پلانا ان جرثوموں کوختم کردیتا ہے۔پیٹ میں پانی پڑ جانے اوراستقاء لحمی میں بھی یہ بہت ہی نافع ہے۔

عام جسمانی امراض میں بھی کریلے بطورغذائے دوائی مستعمل ہیں۔ان کا پابندی سے کھانا وجع المفاصل کے مریضوں کیلئے بہت فائدہ مند ہے۔اسی طرح نقرس اور گنٹھیا کے مریض بھی اس سے بہت استفادہ حاصل کرتے ہیں۔ان امراض میں کریلوں کا سالن بہت مفید ہے۔علاوہ ازیں فالج اورلقوہ ودیگر اعصابی امراض میں بھی کریلے کے فوائد بہت نمایاں ہوتے ہیں ان کے استعمال سے اعصاب میں تحریک ہوتی ہے اور کریلے اعصاب کی قوت کی بحالی کیلئے اہم کردار ادا کرتے ہیں۔گرم وخشک تاثیر کے باعث جسم میں اجتماع بلغم کیلئے مانع اور رطوبات کوتحلیل کرتا ہے۔پراگندہ خیالی میں سودمند اوراعصاب کیلئے عمدہ غذائی ٹانک ہے۔

اعضائے جنسی کوبھی کریلے تقویت بخشتے ہیں کیونکہ بہت کم ادویہ اور اغذیہ ایسی ہیں جو جریان اور ضعف باہ کیلئے مفید ہوں۔ان ہی میں سے ایک کریلا ہے جس سے جریان کے مریض بھی مستفید ہوتے ہیں۔شرط صرف اتنی ہے کہ جریان اورضعف باہ کا باعث کوئی گرم خلط نہ ہو۔کیونکہ اگر اس کا باعث خلط صفرا ہوگی تو بجائے فائدہ کے نقصان کا اندیشہ ہے اوراگر یہ بلغم کے سبب لاحق ہونے والے عارضوں میں سے ہوگا تو کریلا بہت مفید ثابت ہوگا۔

امراض جگرومرارہ میں سے استقاء اوریرقان دوایسے امراض ہیں جن میں کریلوں کا پانی بطوردوا اورسالن بطورغذا بہت نافع ہے کریلوں کا پانی یرقان کی تمام حالتوں کے علاوہ یرقان سدی میں بھی بہت ہی مفید اورمؤثر ہے۔استقاء میں بھی کریلوں کا پانی صبح دوپہر اورشام دودو چمچے پلانا اورغذا میں اس کا سالن استعمال کرانا بہت جلد افاقہ کی صورت پیدا کرتا ہے۔جگر کے سبب لبلبہ کی رطوبت انسولین یا دماغی نقص کی وجہ سے گلوکوز کے استحار میں خرابی لاحق ہوجائے یا خون میں گلوکوز کا طبعی تناسب متاثر ہوکر زیادہ ہوجائے تو کریلوں کا پانی سالن اورخشک کریلوں کا سفوف بہت ہی مفید ومؤثر دوا اورغذا ہیں۔

امراض گردہ مثانہ میں سے سنگ گردہ ومثانہ بہت ہی اذیت ناک امراض ہیں۔ان کے علاج کیلئے ہسپتال میں آپریشن کرواکر ہفتوں بستر پر لیٹنا پڑتا ہے۔کریلوں میں قادر مطلق نے یہ خاصیت رکھی ہے کہ گردہ ومثانہ کی پتھری کو اپنی خاصیت سے ریزہ ریزہ کردیتے ہیں اوراس کے ساتھ مدرادویات کا استعمال ان کے بہت جلد اخراج کا باعث بنتا ہے۔

کریلے گرم مزاج افراد کیلئے مضر اورنقصان دہ ہیں۔ خصوصاً ایسے افراد جن میں کریات حمرہ کی تعداد کم ہو۔ بخاروں میں اکثر بطور سالن اس کا استعمال مضر ثابت ہوتا ہے۔مناسب گھی' سبز دھنیا اوردہی کے ملانے سے اس کی اصلاح ہوجاتی ہے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید ورسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 12 جون بروز اتوار کو ہوگا)

پیرعلی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے اس سے پہلے بھی فن طریقت پر کئی کتابیں لکھی تھیں جو سب ضائع ہوگئیں اورتصوف کے جھوٹے دعوے کرنے والوں نے ان میں سے بعض باتیں لوگوں کو پھانسنے کیلئے چن لیں اور باقی باتیں دھوکر ضائع کردیں کیونکہ جس کے دل پر مہر لگی ہو اس کے خیال میں حسد وانکار کا سرمایہ بھی نعمت خداداد ہوتا ہے اور ایک دوسرے گروہ نے ان باقی حصوں کو دھوکر مٹایا تو نہیں لیکن انہیں پڑھا بھی نہیں۔ایک اورگروہ نے ان عبارات کو پڑھا لیکن مطلب نہیں سمجھا۔

اس دور میں پرنٹنگ تو ہوتی نہیں تھی ہاتھ سے کتابیں لکھی جاتی تھیں لوگ ان کو دھوکر ضائع کردیتے تھے۔شیخ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ لوگ اپنی مرضی کا حصہ چن لیتے تھے۔باقی دھو دیتے تھے۔شیخ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں اس لیے میں نے سب کتابیں ختم کردیں۔یعنی بعض نے تو پڑھی ہی نہیں اور جنہوں نے پڑھیں انہوں نے اپنی مرضی کے مطلب لیے اور ایسے لوگ یوں کہیں گے کہ ہم تصوف اورمعرفت کا علم بیان کرتے ہیں لیکن شیخ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ یہ عین تاریکی میں ہیں۔یہ سب اس لیے طے ہوا کہ علم طریقت کے حقائق سرخ گندھک کی مانند ہے جو بالکل کمیاب ہے۔(سرخ گندھک سونا بنانے کے کام آتی ہے۔)

شیخ رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جس طرح سرخ گندھک نہیں ملتی اسی طرح مجاہدہ کرنے والے مرید بھی نہیں ملتے۔

فرماتے ہیں جب سرخ گندھک کو پالیتے ہیں وہی کیمیا ہوتا ہے ایک چھٹانک بھروزنی پتھر (سرخ گندھک) بہت سے تانبے اورکانسی کو سونا بنادیتا ہے جیسے کیمیا سیکھنے کیلئے دھکے کھانے پڑتے اورسب کچھ قربان کرنا پڑتا ہے پھر سونا بنتا ہے۔حضرت ابوبکرصدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے سب کچھ بیچا سب کچھ قربان کیا تو دل کیمیا بنا کہ نہیں؟ پھر اللہ کے ہاں اس صدیق کی قیمت لگی اورسب فرشتوں کو وہی لباس پہننا پڑا جو حضرت ابوبکرصدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے پہنا کیونکہ صدیقؓ کے اندر ماننے والا مجاہدہ تھا۔

میرے آزمودہ تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی ٔ جسمانی نسخہ ٔ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

نکسیر کیلئے اکسیر نسخہ

(خولہ زبیر'لاہور کینٹ)

حکیم صاحب یہ نسخہ بے شمار لوگوں کو دیا سب اللہ کے کرم سے سب تندرست ہوگئے۔زیادہ دن استعمال کریں تو نفع زیادہ ہوگا۔

2 کلو چنے کے چھلکے چار یا پانچ دن کیلئے کافی ہیں۔رات کو ایک گلاس پانی کچی مٹی کے برتن میں ڈالیں اس میں 2 کلو کالے چنوں کے چھلکے کا چوتھا حصہ ڈالیں۔ساری رات بھیگے رہنے دیں۔صبح چھان کر پی لیں اور اس میں حسب ذائقہ دیسی شکر ملالیں۔4 یا پانچ دن استعمال کریں۔

ہیپاٹائٹس کیلئے

محترم حکیم صاحب! یہ وہ نسخہ آپ کی خدمت میں پیش کر رہی ہوں جو اب تک بے شمار لوگوں پر آزمایا اور نہایت ہی مفید پایا۔آپ کے عبقری نے ایسے ایسے راز دیئے جو لوگ قبروں میں لے کر چلے جاتے تھے۔یہ نسخہ کالے یرقان'معدے کی تیزابیت' گیس تبخیر اور ہر قسم کے پیلے یرقان کا آخری علاج ہے۔چند ہفتے استعمال کریں۔

ھوالشافی: مکوہ 2 تولہ' سونف 1 تولہ' کاسنی کے بیج 1 تولہ' شربت دینار 2 چمچ۔ایک کلو پانی لیں اوپر کی تینوں چیزیں ڈال کر پکنے کیلئے رکھ دیں جب ایک کپ پانی رہ جائے تو اتار کر شربت دینار مکس کر کے دیں اور نیم گرم پی لیں۔

پانی صرف سہ پہر 5 یا 6 بجے یا دوپہر 10 یا 11 بجے پینا ہے۔یعنی نہ پیٹ زیادہ خالی ہو نہ بھرا ہوا۔15 دن مسلسل پی کر رپورٹس لیں۔انشاءاللہ افاقہ ہوگا۔اس نسخہ کی تاثیر ٹھنڈی ہے بہت لوگوں کو دیا سب کو افاقہ ہوا۔

ٹھہریئے!! کھانے کیساتھ پانی مت پئیں

(سید خالد حسین'سمن آباد لاہور)

محترم حکیم محمد طارق محمود صاحب کی مایہ ناز کتاب طبی تجربات ومشاہدات میں صفحہ نمبر 38 پر لکھا ہے کھانے کے ساتھ پانی یا سوفٹ ڈرنکس جتنا نقصان دیتا ہے اگر ایک چمچہ زہر کھالیا جائے اس کا نقصان پانی سے کم ہی ہوگا۔

عموماً یہ سوال ہوتا ہے کہ حضرت انسان کھانے کیلئے پیدا ہوا یا زندہ رہنے کیلئے کھانا۔مختلف لوگوں کا مختلف جواب ہوگا ہم اپنے جسم کے ساتھ کیا ظلم کرتے ہیں اس کی سزا بھی زندگی میں مختلف بیماریوں کی شکل میں ادا کرتے ہیں۔کتب احادیث میں کھانے سے پہلے اور بعد ہاتھ دھونے کی بڑی فضیلت آئی ہے۔حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کا قول ہے اگر باہر سفر سے آئے ہیں منہ ہاتھ ضرور دھولیں' نوالہ منہ میں رکھتے ہی ہاضمہ کا عمل شروع ہوجاتا ہے۔خوراک مختلف جراثیم سے اٹی ہوتی ہے لیکن قدرت نے ان جراثیم کو تھوک یا لعاب انسانی کے ذریعے دھونے کا انتظام کر رکھا ہے۔انسانی تھوک ایک طرف جراثیم کو مارتا ہے'غذا کو نگلنے میں مدد دیتا ہے'غذا کو نرم کرتا ہے' مختلف قسم کے ہاضم جوس غذا میں شامل کرتا ہے تاکہ معدہ اپنے حصہ کا کام آسانی سے کرسکے۔اس لیے کہا جاتا ہے کہ نوالہ چھوٹا ہو اور دیر تک چبایا جائے لیکن ہم اس کے الٹ کرتے ہیں کھانا جلدی جلدی کھایا جائے جو گلے میں پھنس جاتا ہے جس کو نگلنے کیلئے پانی یا سافٹ ڈرنکس کی ضرورت پڑتی ہے'منہ کے جوس کھانے میں شامل نہیں ہوتے جراثیم سے بھرپور کھانا معدہ میں چلا جاتا ہے۔معدہ کے تیزاب اکیلے اتنا کام نہیں کرسکتے جس سے آہستہ آہستہ نظام ہضم کمزور ہوجاتا ہے۔

منہ میں تین بڑے اور لاتعداد چھوٹے غدود ہوتے ہیں۔جب ہم کھانا نہیں کھاتے تب بھی یہ کام کررہے ہوتے ہیں منہ کو جراثیم سے پاک رکھتے ہیں جو جراثیم تھوک سے ختم نہیں ہوتے وہ کمزور ضرور ہوجاتے ہیں تو معدہ میں جاکر تیزاب کے اثر سے مرجاتے ہیں لیکن جب کھانا چبانے کے بجائے نگلتے ہیں تو لعاب شامل نہیں ہوتا جس کی وجہ سے معدہ میں سٹرائیڈ شروع ہوجاتی ہے جب سٹرائیڈ والی غذا آنتوں میں جاتی ہے تو جسم میں بے شمار مسائل پیدا کرتی ہے۔جسم میں عموماً دو قسم کی گیس بنتی ہے۔1۔سلفر ڈائی آکسائیڈ۔2۔میتھائیل مرکرٹیاں یہ گیس نہایت بدبودار ہوتی ہے اسی بدبو کی وجہ سے اسے قدرتی گیس (سوئی گیس) میں ملاتے ہیں تاکہ سوئی گیس کی لیج ہو تو فوراً بدبو کی وجہ سے پتہ چل جائے جب یہ گیس آنتوں میں جمع ہوتی ہے قبض یا آنتوں کی خرابی کی بنا پر باہر نہیں نکلتی تو آنتوں میں جذب ہو کر خون میں شامل ہوکر جسم میں مختلف قسم کے فساد پیدا کرتی ہے۔جسم کا جو حصہ کمزور ہو وہاں ڈیرہ ڈال لیتی ہے۔مثلاً دل کی جگہ جائے تو تمام علامات دل کے امراض جیسی ہوتی ہیں۔ماہر امراض دل اس چیز کا فائدہ بھی اٹھاتے ہیں۔اپنا مستقل مریض بنالیتے ہیں۔حالانکہ یہ گیس کا کارنامہ ہوسکتا ہے۔گردہ میں درد گردہ کا سبب بنتا ہے' دماغ میں تکلیف دہ اثر ہوتا ہے۔جب ہم کھانے کے ساتھ پانی یا سوفٹ ڈرنکس کا استعمال کرتے ہیں اس وقت کھانے کیلئے درکار تیزاب کے ساتھ پانی ملتا ہے تیزاب کا محلول ہلکا ہوجاتا ہے قوت ہاضمہ کمزور ہوجاتی ہے۔سوفٹ ڈرنکس اوائل عمر کے بچوں کی ہڈیوں پر اثر انداز ہوتا ہے اس سے ہڈیوں کی مخصوص بیماری اوسٹیو پوروس میں مبتلا ہوجاتے ہیں اس مرض میں ہڈی گھلنا شروع ہوجاتی ہے۔ ہمارے کھانوں میں نقصان دہ چکنائی کا استعمال عام ہے۔ایسی چکنائی جو ہائیڈروجن گیس سے جمائی گئی ہو (بناسپتی گھی) اور ساتھ بازاری ساشے مصالحے جو کیمیکل سے بھرپور ہوتے ہیں۔بازاری مصالحوں سے تیار غذا کے ساتھ پانی یا ڈرنکس ضروری ہوجاتا ہے کیونکہ کھانے چٹ پٹے ہوتے ہیں۔لہٰذا کھانے کے ساتھ پانی کا استعمال بالکل نہ کریں آہستہ آہستہ نوالہ چھوٹا کھائیں' خوب چبائیں۔بسم اللہ پڑھیں جس سے کھانے میں برکت ہوتی ہے اور پیٹ بھی جلدی بھر جاتا ہے۔کھانے سے پہلے ہاتھ ضرور دھوئیں تاکہ ہاتھ جراثیم سے پاک ہوں۔

چہرے یا پشت وغیرہ پر مسّے

(ڈاکٹر ظفر حمید ملک'اٹک سٹی)

بدن کے اکثر حصوں پر بعض لوگوں کو موکے یعنی مسے ہوجاتے ہیں اور بدنما معلوم ہوتے ہیں بعض لوگ گھوڑے کا بال باندھ کر جراحی سے کاٹتے ہیں جس سے سخت تکلیف ہوتی ہے اور خون بکثرت نکلتا ہے۔یہ خاص عمل جو آپ کو بتانے جارہا ہوں میرے تایا جان ملک فقیر حسین کا عمل خاص ہے موکوں کے حوالے سے عارف والا شہر میں ان کی خاص پہچان اسی

حوالے سے ہے۔ میں نے ان سے یہ عمل کیلئے درخواست کی تو انہوں نے مجھے سب سے پہلے پابندی نماز کا مشورہ دیا۔

پھر فرمانے لگے جو اعمال کے منکر ہوتے ہیں ان کیلئے خاص عمل ہے لیکن نماز کی پابندی اول شرط ہے۔ پھر انہوں نے یہ عمل مجھے عنایت فرمایا۔ میں نے کافی بار اس عمل کو آزمایا ہر دفعہ بہتر سے بہترین پایا ہے۔ میرے پاس کئی مریض موہکوں کے حوالے سے آتے ہیں ہر کسی کو شفاء ملی۔ اب دل میں خیال آیا کہ عبقری کے قارئین کو بھی یہ راز دل بتایا جائے کہیں اس عمل کا چھپانا میری پکڑ کا باعث نہ بن جائے۔ بس عمل کرنے والے حضرات جان لیں کہ میرے ایک استاد محترم میڈیسن کے بارے میں فرماتے ہیں بعض اوقات میڈیسن صحیح ہوتی ہے مگر فرق نہیں پڑتا تو دیکھنا چاہیے کہ آپ کا کوئی فعل اللہ تعالیٰ کی ذات کو ناپسند تو نہیں ہے یا جس کو آپ دوا دے رہے ہیں کہیں وہ نافرمانی کا مرتکب تو نہیں ہو رہا۔ اگر عمل کرنے والا بھی صحیح ہو عمل بھی صحیح ہو اور جس پر عمل کیا جا رہا ہے اس کا بھی یقین کامل ہو کہ شفاء منجانب اللہ ہوتی ہے تو کوئی وجہ ہی نہیں کہ شفاء نہ ہو۔

عمل کی خاص ترکیب یہ ہے:۔ نئے مونجھ کی غیر استعمال شدہ رسی لیں جس سے چارپائی بنائی جاتی ہے۔ بازار سے عام مل جاتی ہے۔ اس پر اس طرح عمل کریں کہ جتنی تعداد میں مسے یا موہکے ہوں جن کو دور کرنا ہو اتنی ہی گانٹھیں دینی ہیں۔ گرہ دیتے وقت مریض موہکے پر شہادت کی انگلی رکھے عمل کرنے والا یہ آیت پڑھے "**فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا**" (الانعام:45) صرف اتنا کلمہ پڑھنا ہے دم نہیں کرنا۔ انشاء اللہ کچھ دنوں میں موہکہ گر جائے گا۔ اگر موہکے زیادہ ہوتو گانٹھیں زیادہ دینی ہیں۔ بعد میں اس رسی کو کسی غیر آباد جگہ یا قبرستان میں دبا دیں جیسے جیسے رسی گلے گی موہکے ختم ہو جائیں گے۔

اولاد نرینہ کیلئے مجرب نسخہ

تحقیق کے مطابق ایسے میاں بیوی جن کی مستقل تحریک اعصابی غدی یا اعصابی عضلاتی یعنی بلغمی مزاج کے حامل ہوتے ہیں ان کے ہاں اکثر لڑکیاں ہی لڑکیاں پیدا ہوتی ہیں اگر ان کی تحریک عضلاتی مزاج میں خشکی کے اثرات پیدا کردیئے جائیں تو انشاء اللہ لڑکا پیدا ہوتا ہے ایسے میاں بیوی کا علاج اگر حمل شروع ہونے سے پہلے کردیا جائے تو رب کعبہ کی مہربانی سے ہونے والے حمل سے نہایت خوبصورت‘ چست اور ذہنی طور پر بیدار لڑکا پیدا ہوتا ہے۔ لطف کی بات یہ ہے کہ جب ایک لڑکا پیدا ہوتا ہے پھر لڑکیوں کی پیدائش بند ہو جاتی ہے اور لڑکے ہی لڑکے پیدا ہوتے ہیں۔

نسخہ حب نرینہ حاضر خدمت ہے:۔

حب نرینہ: ہوالشافی: مور کے پر کی ٹکی 3 عدد‘ مازو بغیر سوراخ 3 تولہ‘ تخم بھنگ ایک تولہ‘ گڑ پرانا 2 تولہ‘ مشک خاص 8 رتی‘ ست مازو 6 ماشہ‘ کشتہ فولاد 1 تولہ۔

ترکیب تیاری: سب کو خوب باریک پیس کر جنگلی بیر برابر گولیاں تیار کرلیں۔ مقدار خوراک: صرف ایک دن ایک ایک گولی صبح‘ دوپہر‘ شام ہمراہ دودھ گائے ایسی گائے کا دودھ جس نے نر بچہ جنا ہو۔ مجبوری کی صورت میں اگر ایسی گائے کا دودھ میسر نہ ہوتو لونگ دارچینی کے قہوہ سے لیں۔ صبح دوا کھانے سے پہلے دو رکعت نماز نفل حاجت پڑھ کر اپنے مقصد کیلئے دعا کریں اور پھر دوائی کھائیں۔ سارا دن کچھ نہیں کھانا نہ رات کو۔ تین یا چار سیر جو دودھ گائے کا لینا ہے وہی استعمال کرنا ہے۔ چاہے کھیر کی صورت میں یا پھر دودھ کی صورت میں۔ سات آٹھ لوگوں کو آزمایا سب کو اللہ نے اولاد نرینہ عطا کی ہے۔

موقع استعمال: یہ دوا صرف ایک بار ایک دن استعمال کرنی ہے۔ ایک حمل کیلئے۔ حمل کے تیسرے مہینے کے پہلے ہفتے میں شروع کریں۔ غذا اور پرہیز پورے تیسرے مہینے تک جاری رکھیں۔ اگر اللہ کے فضل سے یقینی کامیابی چاہتے ہیں تو حمل کا پتہ لگتے ہی صرف غذائی علاج شروع کردیں۔ تیسرے ہفتے کے شروع میں حب نرینہ کھلائیں۔

پہلے مہینے سات دن روزانہ ایک مرتبہ سورۃ بقرہ پڑھیں۔ سورۃ مکمل ہونے پر دعا کریں۔ اے اللہ رب العزت! اس کلام کی برکت سے میری دعا قبول فرمالے۔ تیسرے مہینے کے پہلے عشرے میں دس روزے رکھ لیے جائیں تو کوئی شک نہیں کہ دعا قبول نہ ہو۔ **غذائی علاج: صبح:** مربہ آملہ‘ مربہ ہڑیڑ‘ مونگ پھلی‘ انڈے‘ بھنے ہوئے چنے‘ چھوہارے‘ دہی‘ لسی‘ فروٹ چاٹ‘ لونگ دارچینی کا قہوہ۔ **دوپہر:** گوشت‘ انڈے‘ کریلے‘ مچھلی‘ آلو گوبھی‘ بینگن‘ اچار‘ سرسوں کا ساگ‘ پکوڑے‘ دارچینی کا قہوہ‘ املی آلو بخارہ‘ انناس‘ آڑو وغیرہ۔ **پرہیز:** دودھ‘ بالائی‘ مکھن‘ حلوہ سوجی‘ حلوہ گاجر‘ چاول‘ آئس کریم اور قلفی وغیرہ‘ حمل کے چوتھے مہینے تک پرہیز کرنا ہے۔ اس کے بعد ہر طرح کی غذائیں کھلائی جاسکتی ہیں۔

ہر مشکل کام کیلئے آسان وظیفہ

اگر کوئی مہم یا مشکل کام درپیش ہو اور وہ سرانجام نہ پڑتا ہو۔ یَاحَكِيْمُ کو تین ہزار مرتبہ 7 دن تک پڑھنے سے اللہ تعالیٰ کے فضل سے وہ مرحلہ جلد طے ہوگا۔ **(نورین انور‘ لاہور)**

دھنیا سبزی نہیں شافی دوا ہے

معدہ کوبھی قوت دیتا ہے اور دستوں کو بند کرتا ہے۔اس کی کلی منہ کے جوش اور گلے کے درد کو نافع ہے۔دھنیا سبز کا پانی آنکھ میں ٹپکانے سے چیچک کا آبلہ آنکھ میں نہیں پڑتا۔ بھنا ہوا دھنیا فخ شکم‘ بدہضمی اور کثرت شہوت کو دور کرنے کیلئے سفوف بنا کر کھلاتے ہیں

دھنیا بھی ہمارے باورچی خانہ کی ایک شے ہے اور اللہ تعالیٰ نے اس میں کیا خواص رکھے ہیں ان سے اکثر لوگ واقف نہیں۔مزاج کے لحاظ سے یہ سرد خشک درج دوم ہے۔اندرونی طور پر یہ کاسرالریاح‘مفرح‘مقوی دل ودماغ ہے۔معدہ کوبھی قوت دیتا ہے اور دستوں کو بند کرتا ہے۔اس کی کلی منہ کے جوش اور گلے کے درد کو نافع ہے۔دھنیا سبز کا پانی آنکھ میں ٹپکانے سے چیچک کا آبلہ آنکھ میں نہیں پڑتا۔بھنا ہوا دھنیا فخ شکم‘بدہضمی اور کثرت شہوت کو دور کرنے کیلئے سفوف بنا کر کھلاتے ہیں۔

مثانہ کی گرمی کیلئے لاجواب نسخہ: یہ نسخہ ذکاوت حس کو دور کرنے کیلئے ہے۔ھوالشافی: مغز دھنیا بیس تولہ‘مصری کوزہ بیس تولہ (یا کھانڈ) ان دونوں اشیاء کو الگ الگ کوٹ کر آپس میں ملالیں۔یہ دوا ذکاوت حس کو دور کرنے کیلئے ایک لاجواب دوا ہے۔اس کے استعمال سے پوٹاشیم برومائیڈ کی طرح دل و دماغ کمزور نہیں ہوتے بلکہ اس کے برعکس ان کو تقویت پہنچتی ہے۔نظر کی کمزوری‘بینائی کا دھندلا پن‘سر کا درد‘چکر‘نیند کا نہ آنا وغیرہ امراض اور اکثر وہ امراض جو جوانی کی غلط کاریوں یا جریان واحتلام کے نتیجہ میں لاحق ہوا کرتے ہیں۔اس دوا کے استعمال سے بہت جلد دور ہو جاتے ہیں۔علاوہ ازیں احتلام کیلئے یہ دوا نہایت مفید ہے۔جریان کیلئے بھی فائدہ مند ہے اور مقوی معدہ بھی ہے۔اس کی خوراک 6 ماشہ دوا صبح کے وقت بغیر کچھ کھائے پیئے‘رات کے باسی پانی سے نوش کریں اور اس کے بعد ایک گھنٹہ تک کچھ نہ کھائیں۔6 ماشہ خوراک شام چار بجے کے رکھے ہوئے پانی سے پھانک لیں۔رات کا کھانا اس کے دوگھنٹہ بعد کھائیں۔اس سلسلہ میں ایک اور نسخہ یہ ہے کہ موصلی سفید 5 تولہ‘مصری پانچ تولہ کوٹ چھان کر سفوف بنائیں۔خوراک 3 ماشہ سے 5 ماشہ تک حسب حالات ومزاج استعمال کریں۔اس سے منی کی حدت رفع ہو جاتی ہے‘ذکاوت جس کی اصلاح ہو جاتی ہے اور احتلام کیلئے شرطیہ مفید ہے۔مقوی باہ ہے‘مادۂ تولید کی پیدائش بڑھانے میں ازحد مفید ہے۔

سردرد: سردرد بعض دفعہ گرمی سے ہوتی ہے اس کیلئے یہ نسخہ بہت مفید ہے۔دھنیا خشک 6 ماشہ آملہ خشک 3 ماشہ‘رات کو مٹی کے کوزہ میں بھگودیں‘پاؤ بھر پانی ہو‘صبح مل چھان کر مصری ملا کر پی لیں۔سر درد بوجہ گرمی کیلئے ازحد مفید ہے۔

دوسرا نسخہ: دھنیا خشک 10 تولہ کوٹ لیں اور اس کو ایک سیر پانی میں آگ پر پکائیں جب پک کر 6 چھٹانک پانی رہ جائے تو اتار لیں۔اس کو چھان کر 6 چھٹانک مصری ملا کر پکائیں۔گرمی اور دماغ کی کمزوری کی وجہ سے اچانک آنکھوں کے آگے اندھیرا سا چھا جاتا ہے اس کیلئے یہ بہت مفید ہے۔

آشوب چشم: اگر آنکھیں گرمی کی وجہ سے دکھتی ہوں جس کی شناخت یہ ہے کہ اول تو گرمی کے موسم میں دکھیں گی۔دوسرے آنکھوں میں سے پانی نہیں نکلے گا بلکہ خشک حالت میں ہی دکھتی ہوں گی اور تیسرے آنکھوں کو گرمی سی محسوس ہوگی گویا مریض کو جلتی ہوئی معلوم ہوں گی‘اس کیلئے عمدہ اور مفید نسخہ ہے: سبز دھنیا ایک تولہ اور کافور ایک ماشہ باریک پیس کر ململ کے صاف کپڑے میں پوٹلی باندھ کر آنکھوں پر اس طریقہ سے پھیریں کہ پانی کی بوندیں آنکھ کے اندر بھی چلی جائیں۔اس طرح فوراً ٹھنڈک پڑ جائیگی اور آنکھیں درست ہو جائینگی۔

نکسیر: نکسیر کا خون بند کرنے کیلئے سبز دھنیا کا پانی لے کر مریض کو سنگھائیں۔نیز سبز پتے باریک پیس کر پیشانی پر لیپ کریں۔گرمی کی وجہ سے ناک کے راستہ بہنے والا خون رک جائیگا۔

خشک کھانسی: مغز دھنیا لے کر ان کو کوٹ چھان لیں۔یہ سفوف ڈیڑھ ماشہ 6 ماشہ شہد میں ملا کر چاٹ لیں۔

کمی بھوک: اگر بھوک بہت کم لگتی ہو تو سبز دھنیا کا رس نکال کر 2 تولہ روزانہ پلائیں۔تین روز میں بھوک چمک اٹھے گی۔

قے: قے اگر کسی طرح بند ہونے میں نہ آتی ہو تو سبز دھنیا کا پانی تھوڑے تھوڑے وقفے سے ایک ایک گھونٹ پلائیں۔

عارضہ دل: دل تیز دھڑکتا ہو تو دھنیا پانچ تولہ میں مصری پانچ تولہ ملا کر کوٹ چھان لیں۔روزانہ 6 ماشہ ہمراہ آب تازہ نوش کریں یا ایک تولہ دھنیا کوٹ کر رات کے وقت مٹی کے کورے پیالہ میں آدھ سیر پانی ڈال کر بھگودیں۔صبح چھان کر شکر یا مصری ملا کر نوش کریں۔

شدت پیاس: دھنیا خشک 2 تولہ کوٹ کر مٹی کے کورے کوزے میں آدھ سیر پانی میں بھگودیں۔صبح کے وقت مل چھان کر مصری ملا کر مریض کو تھوڑا تھوڑا کر کے پلائیں۔پیاس بند ہوگی خواہ گرمی کے بخار کی وجہ سے ہو یا ویسے۔

حافظ ہارون‘ کراچی

مشکلات کا مقابلہ

اس حقیقت کو فراموش نہ کریں کہ خوف ایک فطری عمل ہے۔ضرر رساں اشیاء سے لازماً خوف آتا ہے

زندگی میں جب کبھی آپ کو اہم ذمہ داریاں سنبھالنا پڑیں تو گھبرایئے نہیں‘ یقین رکھیے۔دوسرے لوگوں کی طرح آپ میں بھی قدرت نے ان سے عہدہ برآ ہونے کی ضروری صلاحیتیں ودیعت کر رکھی ہیں۔پست ہمتی کو بنیاد بنا کر ذمہ داریوں سے کنی کترانے کی کوشش نقصان دہ ہے۔اس کے برعکس کوشش کیجئے کہ جس کام سے آپ کو خوف آتا ہے۔وہ بار بار آپ کے ہاتھوں سرانجام پائے۔اس طرح آپ بڑی آسانی سے اپنے خوف پر قابو پا سکتے ہیں۔

اس حقیقت کو فراموش نہ کریں کہ خوف ایک فطری عمل ہے۔ضرررساں اشیاء سے لازماً خوف آتا ہے اور یہ اسی خوف اور ڈر کا نتیجہ ہے کہ ہم روزمرہ زندگی میں کئی مہلک حادثوں سے محفوظ رہتے ہیں۔اگر کوئی شخص ڈرتا ہے کہ کہیں وہ راہ چلتے کسی کار کے نیچے آ کر نہ کچلا جائے تو لازماً بڑی احتیاط سے ایک طرف ہو کر چلے گا اور سڑک پار کرتے وقت دائیں بائیں ضرور دیکھے گا۔

نروس لوگوں کے خوف اور ڈر کا معاملہ اس کے بالکل الٹ ہے ان کا خوف ہمیشہ بے سروپا اور مضحکہ خیز ہوتا ہے چوہوں سے خوف کھانا‘ چھپکلی سے ڈرنا‘ اجنبی افراد کے سامنے بولنے سے ہچکچانا اور تنہائی یا تاریکی سے پریشان ہو جانا‘ ان کے ڈر اور خوف کی عام مثالیں ہیں۔اس سے دامن بچانا ضروری ہے ورنہ یہ بے نام خوف آپ کے راستے میں دیوار بن کر حائل ہو جائیں گے اور آپ اپنی خداداد صلاحیتوں سے بھرپور فائدہ نہ اٹھا سکیں گے۔

اس قسم کے خوف سے نجات پانے کیلئے دوسروں کی مدد کا سہارا نہ لیں بلکہ خود اپنے طور پر کوشش کریں اس کیلئے خود آپ کے اندر سے تحریک اٹھنا ضروری ہے۔

بیرونی دباؤ انسانی جذبات واحساسات کی نشوونما اور پختگی کے حق میں ہمیشہ مضر ہوتا ہے ایک بار انسان کسی مشکل سے کامیابی کے ساتھ گزر جائے تو آئندہ کیلئے تمام نامساعد حالات سے نپٹنے کیلئے دوسروں کی محتاجی سے بے نیاز ہو جاتا ہے۔

انوکھا کردار نامعلوم شخص

عزیز الرحمان عزیز' پشاور

مثبت سوچ نے اسے عظیم پائلٹ بنا دیا۔اس اللہ کے بندے نے علاقے کے بچوں کی اصلاح کی ٹھان لی اور قوم کے بچوں کو پڑھانے کی ترغیب دیتا رہا نامعلوم کتنے ہی بچے جن بچوں میں اکثریت غریب گھرانوں سے تعلق رکھتے تھے

یہ صاحب جن کا میں ذکر کرنیوالا ہوں اب دنیا میں نہیں رہے۔ ہنس مکھ مگر افسوس کہ ایک مدت تک بیکار رہے اور پھر ان کے چاچا نے ان کی شادی کرادی غالباً شادی کے دو سال بعد ایک ننھی سی بچی اور ایک نوجوان بیوہ کو چھوڑ کر اس فانی دنیا سے رخصت ہوگئے۔مرحوم نے آدھی سے زیادہ زندگی کراچی ہی میں گزاری تھی۔ان صاحب کا نام مشتاق حسین تھا۔

ایک دن کسی صاحب کے بارے میں میں نے کہا کہ یہ صاحب فلم اور ٹی وی کا ایکٹر ہے حالانکہ ان صاحب نے کہا تھا کہ میں پائلٹ بنوگا مگر اب یہ ایکٹر بن گئے۔ایک دم مشتاق صاحب مرحوم چونک سے گئے میں نے چونکنے کی وجہ پوچھی تو اس نے ایک لمبی سانس بھری اور گویا ہوئے کہ جب میں کراچی میں زیر تعلیم تھا یہ ان دنوں کی بات ہے کہ جس علاقہ میں ہم رہتے تھے اس محلے میں ایک بیٹھک تھی جس میں ایک صاحب جو کہ نام تو شاید کسی کو بھی معلوم نہ تھا مگر ہر کوئی اسے پائلٹ کے نام سے جانتا تھا۔پائلٹ نام اس لیے پڑا کہ پائلٹ اعلیٰ تعلیم یافتہ یونیورسٹی سے فراغت کے بعد دفتر کے چکر لگاتے لگاتے تھک گئے مگر پائلٹ کیلئے کوئی جہاز اڑانے کیلئے نہ بنا اور جس کی کوئی سفارش نہیں تھی اور نہ ہی رشوت کیلئے کچھ رقم' بیچارہ پائلٹ تو نہ بن سکا مگر صرف نام کا پائلٹ ہی بن سکا اور وہ اپنی دنیا میں مست مست اور گھوم گھوم کر اوور ایج ہوگیا مگر اس صاحب (پائلٹ) نے اپنی کوشش اور سعی نہیں چھوڑی اب وہ دوسری فارم میں آگیا۔مثبت سوچ نے اسے عظیم پائلٹ بنا دیا۔اس اللہ کے بندے نے علاقے کے بچوں کی اصلاح کی ٹھان لی اور قوم کے بچوں کو پڑھانے کی ترغیب دیتا رہا نامعلوم کتنے ہی بچے جن بچوں میں اکثریت غریب گھرانوں سے تعلق رکھتے تھے اور بہت قلیل تعداد میں کھاتے پیتے گھرانوں سے ان میں سے کئی لڑکے اچھی اچھی پوسٹوں پر لگ گئے اور کئی لڑکے ترقی کرتے کرتے اعلیٰ پوسٹوں تک پہنچنے میں کامیاب ہوگئے اور یہ ہیرو پائلٹ اپنے عظیم کام میں تندہی سے مصروف رہا۔

ہم روزانہ ان کا لیکچر سننے ان کی بیٹھک میں ضرور حاضری دیتے۔ایک دن ہم نے ان سے پوچھ لیا پائلٹ صاحب اس بیٹھک کا کرایہ آپ کتنے ماہوار دے رہے ہیں تو جوش میں آگئے کہنے لگے میں اہل محلّہ کے بچوں کا چوکیدار ہوں میں نے ان بچوں کی تربیت اور اچھے اخلاق سکھانے کا کبھی کسی سے کوئی معاوضہ نہیں لیا ہے تو پھر یہ مالک جائیداد اور تمام اہل علاقہ خوش ہیں کہ اللہ نے مجھے اہل علاقہ کے بچوں کیلئے نگہبان بنایا ہے۔ یہ حضرات کس بات کا کرایہ لیں گے۔حقیقتاً بہت ہی اچھے لوگ ہیں کبھی کبھار بڑی مشکلوں سے مجھے کچھ رقم دے دیتے ہیں۔ انکار کے باوجود اپنی بات منوانے میں کامیاب ہوجاتے ہیں۔

ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ میں حسب معمول جب پائلٹ صاحب کے کمرے میں گیا تو پائلٹ صاحب موجود نہ تھے ایک دو لڑکے اپنی باتوں میں مصروف تھے پوچھنے پر معلوم ہوا کہ تقریباً ایک گھنٹہ سے حضرت غائب ہیں پتہ نہیں کہاں چلے گئے؟ پندرہ بیس منٹ کے بعد پائلٹ صاحب آموجود ہوئے بڑی حیرانگی ہوئی پوچھنے پر بتایا کہ کچھ کام تھا۔

پائلٹ صاحب کے ہاتھ میں ایک پرانا شاپر تھا جس میں معلوم ہورہا تھا کہ کچھ ہے۔اب پائلٹ صاحب کرسی پر بیٹھ کر کچھ سوچ رہے تھے۔پھر انہوں نے الماری سے پلیٹ چھری اور کوئی دسترخوان نما کوئی کپڑا بھی ساتھ لیا۔شاپر سے انہوں نے پیاز' ٹماٹر' سبز مرچ اور باسی روٹی کے دو تین سلائس نکالے اور گویا ہوئے۔میرے دوستو! آپ سوچ رہے ہونگے کہ میں کہاں غائب ہوگیا ہوں۔کہنے کی بات تو نہیں لیکن یہ واقعہ تمہارا رہنما بنے گا۔شاید زندگی کے کسی موڑ پر آپ حضرات کے کام آسکے۔ ہاں تو میں تین دن سے بھوکا تھا کچھ کھایا پیا نہیں تھا۔بھوک ستا رہی تھی۔فلاں صاحب کے گھر گیا تو گھر پر تالا تھا۔پھر دوسرے صاحب کے گھر گیا تو وہ آفس کیلئے جارہے تھے علیک سلیک کے بعد اس صاحب نے اپنی بیوی کی طرف اشارہ کیا کہ ان سے (بہو) بات کرلیں۔ (وضاحت کرتا چلوں یہ ان حضرات میں سے تھے جن کو ترغیب اور کوششوں سے پڑھا لکھا کر اچھی نوکریوں پر فائز کرا کر پائلٹ صاحب خوش ہوتے تھے) ایک صاحب نے اپنی بیوی سے کہا کہ یہ صاحب جو بھی مانگتے ہیں ان کو دے دیں' ان کی بیوی پہلے سے غالباً تیار تھیں۔کہنے لگی صاحب جی گھر میں تو کھانے کو کچھ بھی نہیں ہے فریج میں دیکھ لو اگر کچھ ہو تو لے لو۔پائلٹ صاحب نے فوراً فریج کی طرف پر تجسس نگاہوں سے دیکھا اور دوسرے لمحے فریج کی تلاشی (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

ڈاڑھ اور دانت کا درد

ہر تعویذ دم روحانی طریقہ سے بابرکت ہوتا ہے تجربہ سے ثابت ہے کہ دم کرنیوالے کے زہد اور اس کے تقویٰ کا زیادہ عمل دخل ہے

شہد کی مکھی اور بھڑ جس کو فارسی میں زنبور کہتے ہیں۔کاٹ لے تو سب سے پہلے جو (ڈنگ) بدن میں رہ جاتا ہے اس کو نکال لیں اور ساتھ ان کلمات کو پڑھ کر دم کرتے جائیں۔سانس بند کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔اول و آخر درود شریف کے ساتھ سات دفعہ پڑھیں اور ایک دفعہ پھونک ماردیں یہ عمل تین دفعہ کرنا ہے انشاءاللہ درد کا آرام اور سوج نہیں چڑھے گی۔وہ کلمات یہ ہیں **وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِیْنَ** (سورہ الشعراء پارہ نمبر 19' آیت نمبر 130)

وظیفہ بھگندر: عشاء کی نماز کے وتر اس طرح پڑھیں پہلی رکعت میں الحمد کے بعد سورۃ النصر۔دوسری رکعت میں الحمد کے بعد سورۂ لہب اور تیسری رکعت الحمد کے بعد سورۃ الاخلاص پڑھیں اور صرف خیال کریں کہ اللہ تعالیٰ اس بیہودہ مرض سے نجات عطا فرمائے۔انشاءاللہ چند دن میں بھگندر نیست و نابود ہوجائیگا۔

نوٹ: ہر تعویذ و دم روحانی طریقہ سے بابرکت ہوتا ہے تجربہ سے ثابت ہے کہ دم کرنے والے کے زہد اور اس کے تقویٰ کا زیادہ عمل دخل ہے۔**واللہ اعلم**

ڈاڑھ اور دانت کا درد: یہ دم حدیث شریف میں ارشاد نبوی سے ثابت ہے۔**بِسْمِ اللّٰہِ** 7 بار، **اَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللّٰہِ وَقُدْرَتِہٖ مِنْ شَرِّ مَا اَجِدُ وَاُحَاذِرُ**۔

ترکیب: درد والا آدمی درد والے دانت یا ڈاڑھ پر انگلی رکھ لے دم کرنے والا درود شریف پڑھ کر شروع کرے۔بسم اللہ سات بار کہے یعنی ہر لفظ سات سات بار کہتا ہوا درود پڑھ کر مریض کے ہاتھ پر پھونک ماردے۔مریض انگلی اٹھا کر تھوک دے پہلی ہی دفعہ آرام آجاتا ہے۔آرام نہ آنے کی صورت میں دوبارہ اول آخر درود شریف پڑھ کر 9 دفعہ ہر لفظ کہے۔**نوٹ:** درد والا آدمی پہلے بھی دوسری دفعہ بھی ساتھ یہی الفاظ کہتا ہے۔تیسری بار 11 دفعہ، اللہ تعالیٰ کا احسان عظیم ہے۔دوبارہ کرنے کا کم موقع ملا ہے۔لطف کی بات یہ ہے کہ پھر اس دانت کو کبھی درد نہیں ہوگا۔**(صفحہ نمبر 273)**

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔(جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں' لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

اچھی صحت کے راز

محمد سعید نامدار

افسوس کہ ہم اچھی صحت اور طویل عمر کے خواہش مند تو ضرور ہیں لیکن جن قوانین سے یہ باتیں حاصل ہوتی ہیں ان سے بالکل ناواقف ہیں یا عمل نہیں کرتے۔ آپ کسی صحت مند بزرگ سے سوال کریں آپ کی طویل العمری کا راز کیا ہے تو جواب یہی ملے گا کہ بالکل سادہ زندگی

طب اسلامی میں جس طرح بیماری کے دوران علاج سے بھی زیادہ اہمیت پرہیز کو دی جاتی ہے۔ اسی طرح قدیم اطباء نے بیماریوں سے بچنے کیلئے حفظ ماتقدم یا احتیاطی تدابیر کو ضروری قرار دیا ہے۔ بزرگان طب کے صدیوں کے تجربات اور مشاہدات اس اصول کی صداقت کے شاہد ہیں کہ پرہیز علاج سے بہتر اور احتیاط دوا سے ضروری ہے۔

یاد رکھیے آپ کو اپنے جسم کی اس طرح حفاظت کرنی چاہیے جس طرح ایک ہوشیار و عقلمند مالی اپنے باغ کی حفاظت کرتا ہے۔ وہ ہر صبح و شام اپنے پودوں کی دیکھ بھال کرتا ہے اگر آپ کی صحت خراب رہتی ہے۔ آپ کو تھکاوٹ و کمزوری محسوس ہوتی ہے تو کم از کم صحت کے آسان قوانین پر عمل قدم اٹھائیں۔ ان آسان قواعد میں تازہ ہوا اور چند کلومیٹر پیدل چلنے پھرنے کی افادیت اظہر من الشمس ہے۔

ہوا ایک مادی چیز ہے اور وزن رکھتی ہے۔ یہ مفرد یا لبیط نہیں بلکہ کئی اجزاء سے مرکب ہے۔ پانچ میل سطح زمین سے اوپر کی ہوا رقیق و لطیف ہو جاتی ہے۔ بلند پہاڑوں کی چڑھائی یا ہوائی جہازوں کی بلند پروازی میں کرہ ہوا کا دباؤ کم ہو جاتا ہے۔ بعض لوگوں کو بلند پر پہنچ کر چند عوارض بھی ہو جاتے ہیں۔ مثلاً شدید سردرد، متلی اور چکروں میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ بعض اشخاص کو بلندی پر سانس کی تنگی کی شکایت ہو جاتی ہے۔ بعض لوگ ہانپنے لگ جاتے ہیں۔ ان تمام عوارض کی وجہ یہ ہے کہ آدمی کو چونکہ سانس لینے کیلئے بہت رقیق ہوا ملتی ہے اس لیے پھیپھڑوں میں آکسیجن کی اشد ضرورت پیدا ہو جاتی ہے جس کے باعث مذکورہ شکایتیں ہو جاتی ہیں۔

انسان و حیوان کی زندگی کیلئے سب سے ضروری چیز ہوا ہے کیونکہ غذا کے بغیر تو انسان چند یوم زندہ رہ سکتا ہے۔ لیکن ہوا کے بغیر وہ چند منٹ بھی زندہ نہیں رہ سکتا۔ اس کے علاوہ ہم تازہ ہوا میں سانس نہ لیں تو کبھی تندرست نہیں ہو سکتے اور کوئی مفرح یا قوتی معجون اور کوئی جنرل ٹانک، کستوری، عنبری یا کشتہ سونا کسی کی صحت کو برقرار نہیں رکھ سکتا۔ ہوا جس قدر پاک و صاف ہوگی اسی قدر صحت و تندرستی قابل رشک ہوگی۔ چنانچہ جو لوگ کھلی فضا اور تازہ ہوا میں رہتے ہیں وہ تندرست، مضبوط، خوبصورت اور خوش اخلاق ہوتے ہیں۔ برخلاف اس کے جو لوگ تنگ و تاریک مکانات اور کثیف ہوا میں رہتے ہیں وہ کمزور نحیف اور ضعیف ہوتے ہیں اور ان میں چونکہ قوت مدافعت کمزور ہوتی ہے اس لیے وہ مختلف بیماریوں میں اکثر مبتلا رہتے ہیں۔ غرضیکہ ہماری صحت اور تندرستی صاف تازہ ہوا پر منحصر ہے۔ بعض لوگ دوسروں کو پیدل نہ پھرنے اور سرد ہوا سے روکتے ہیں۔ مگر وہ یہ نہیں سمجھتے کہ خود ان کو بھی ان چیزوں کی ضرورت ہے۔

تازہ ہوا سے آپ کے تمام اعضاء دل، جگر، معدہ اور پھیپھڑے درست ہو جائیں گے اور آپ کے اندر مقناطیسی کشش پیدا ہو جائے گی۔ مثلاً جس طرح مچھلیاں سمندر میں رہنے والی مخلوق ہے۔ اسی طرح انسان ہوا کے سمندر کا حیوان ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہمیں تازہ صاف ہوا کی بہت زیادہ ضرورت ہے۔ یہ بھی ظاہر ہے کہ جس ہوا سے ایک بار سانس لے لیا گیا ہو وہ ہوا کثیف یعنی خراب ہو جاتی ہے۔ ہم کو دوسرے سانس کیلئے تازہ ہوا کی ضرورت ہے۔ یاد رکھیے۔ سونے کے کمرے اور کام کرنے کے کمروں کے کواڑ، روشن دان آر پار کھلے رکھنے چاہئیں تاکہ تازہ ہوا کی آمد و رفت باقاعدہ جاری رہے۔

خراب ہوا کی وجہ سے جو بیماریاں لاحق ہو سکتی ہیں ان میں سر میں درد، بھوک کی کمی، نزلہ و بخار، بے خوابی، اعصابی کمزوری اور فساد خون شامل ہیں۔ ہمارے خون کو ہر وقت تازہ ہوا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس سے قوت مدافعت میں اضافہ ہوتا ہے اگر تازہ ہوا نہ ملے تو جسم کی قوت مدافعت کمزور ہوتی ہے۔ جراثیم حملہ آور ہوتے ہیں اور ہمارے بدن کے سپاہیوں (خون کے سفید ذرات) کو شکست دے کر بدن پر غالب آجاتے ہیں اور ہر وہ تکلیف پہنچاتے ہیں جس کے وہ اہل ہوتے ہیں۔

سگریٹ اور حقہ کا دھواں بھی ہوا کو خراب کرتے ہیں۔ سگریٹ کی زہریلی گیس سے دھواں سانس کے اندر جا کر کھانسی اور ضیق النفس پیدا کرتا ہے۔

میلوں پیدل چل کر ہوا خوری کرنا حفظ صحت کا ضروری اصول ہے۔ اکثر لوگ شکوہ کرتے ہیں کہ ان کی صحت اچھی نہیں رہتی لیکن ان میں کتنے حضرات ہیں جنہوں نے خرابی صحت کے اسباب پر غور و فکر کیا ہے۔ افسوس کہ ہم اچھی صحت اور طویل عمر کے خواہش مند تو ضرور ہیں لیکن جن قوانین سے یہ باتیں حاصل ہوتی ہیں ان سے بالکل ناواقف ہیں یا عمل نہیں کرتے۔ آپ کسی صحت مند بزرگ سے سوال کریں آپ کی طویل العمری کا راز کیا ہے تو جواب یہی ملے گا کہ بالکل سادہ زندگی اور صبح کی سیر یعنی چند کلومیٹر پیدل چلنا ہے اور وہ اس پر پابندی کے ساتھ عمل کرتے ہیں۔

صبح کی ہوا خوری یا حسب طاقت ورزش و دوڑ سے پھیپھڑوں میں خون صاف ہوتا ہے۔ بعض حضرات کمی وقت کا بہانہ پیش کرتے ہیں۔ انہیں معلوم ہونا چاہیے کہ اگر آپ ہوا خوری نہیں کر سکتے تو آپ کو بیمار ہو کر پلنگ پر پڑے رہنے کیلئے وقت نکالنا پڑے گا۔ آپ کو اعلیٰ درجہ کی حیات بخش نسیم سحر جو طلوع آفتاب سے پہلے چلتی ہے اس سے لطف اندوز ہونا چاہیے۔ اس کے بعد سورج کی بنفشی شعاعوں سے فائدہ اٹھائیں یہ شعاعیں موذی جراثیم ہلاک کرتی ہیں۔ صحت قائم رکھتی ہیں اور جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتی ہیں۔

قرآن پاک کا احترام نہ کرنے والوں پر عذاب

دو سال قبل ہمارے گاؤں کے نزدیک ایک گاؤں میں قرآن پاک کا جلسہ چل رہا تھا نزدیک ہی ایک گاؤں میں شادی پر بڑا رقص اور گانے چل رہے تھے، لاؤڈ سپیکر پر قرآن پاک کا جلسہ سن کر وہ گانوں کو اور آوازیں دینے لگے اچانک آسمان پر بادل چھا گئے اور بارش ہونے لگے، چند ہی منٹ بعد آسمان سے دھاکہ ہوا اور آسمان سے بجلی گر گئی اور ان کے تمام کمروں میں پڑا ہوا سامان جل گیا اور جانوروں کو نقصان ہوا، ڈش انٹینا اور ٹی وی بھی جل کر راکھ ہو گیا۔ پھر انہوں نے اللہ تعالیٰ کے ہاں توبہ استغفار کیا۔ آئندہ گانے وغیرہ نہ سننے کا وعدہ کیا۔ اس واقعہ میں گھر والے گھر سے باہر ہونے کی وجہ سے بچ گئے۔ ان کا تقریباً دو لاکھ کا نقصان ہوا۔ **(غلام مرتضیٰ، پنوعاقل)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر ____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

حضرت خضر علیہ السلام فرما رہے تھے اور میری حیرت بڑھ رہی تھی۔ ساتھ ہی حاجی صاحب اور صحابی بابا بیٹھے یہ باتیں سن رہے تھے حضرت خضر علیہ السلام نے سورۂ اخلاص کی جو برکات بتائیں وہ سب لاکھوں جنات نے قبول کیں بلکہ حضرت خضر علیہ السلام نے سب کو اجازت دی مجھے خاص الخاص اجازت عطا فرمائی اور میں ہر پڑھنے والے کو بھی اجازت دے رہا ہوں۔

فرمایا اگر کوئی شخص بغیر اسباب، رقم، سواری اور پاسپورٹ کے حج اور زیارت حرمین چاہتا ہے تو وہ نوچندی (نئے چاند کی) جمعرات سے پہلے دن 1100 بار سورۂ اخلاص اول آخر 11 بار درود شریف پڑھے دوسرے دن ہزار بار تیسرے دن 900 بار اس طرح ہر دن ایک سو کم کرتا جائے آخری دن یعنی گیارہویں دن سو بار پڑھے روزانہ ایک ہی وقت اور ایک ہی جگہ ہو تاکہ عمل میں طاقت اور تاثیر رہے سفید لباس اور خوشبو لگا کر یہ عمل کیا جائے ہر ماہ یہ عمل اسی طرح 11 دن کیا جائے بس یہ عمل جاری رکھے ناغہ نہ کرے اگر مراد جلد پوری نہ ہو تو عمل نہ چھوڑے جاری رکھے۔ ایسا غیبی نظام چلے گا اور اس کے ساتھ ہوگا کہ یہ خود سوچ نہیں سکے گا کہ کیا ہوا اور کیسے ہو گیا بس ہو جائے گا اور خودبخود یہ حرمین کا مسافر بن جائے گا۔

اس عمل کے بتانے کے بعد ایک عمل اور فرمایا جس قسم کا مسئلہ ہو اور کوئی بھی ناممکن مشکل ہو جو کسی طرح بھی حل نہ ہوتی ہو ہر طرف سے کوشش اور محنت کر کے تھک گئے ہوں کسی طرف سے راستہ نہ کھلتا ہو موت کے علاوہ کوئی راستہ نظر نہ آتا ہو تو کسی وقت شبہاتی ہے بہتر ہے رات ایک بجے کے بعد 4 نفل اکٹھے ایک ہی سلام کے ساتھ پڑھنے کی نیت کرے پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد 101 بار سورۂ اخلاص مع تسمیہ پڑھے اس طرح ہر رکعت میں پڑھے بس دھیان اور توجہ اللہ کی طرف اور خاص حضوری ہو (ہاتھ میں تسبیح لے سکتے ہیں) سلام کے بعد سر برہنہ کر لیا اور دائیں بازو سے قمیض نکال کر بازو اور کندھا ننگا کر لیا جیسے حالت احرام میں ہوتا ہے پھر 500 بار سورۂ اخلاص پڑھیں اول و آخر درود شریف پھر جتنی دیر سارے عمل میں لگتی ہے اتنی دیر خوب گڑگڑا کر بھکاری بن کر دعا کریں رو رو کر مانگیں کہ جسم کا رواں رواں کھڑا ہو جائے بہت لمبی اور عاجزانہ دعا کر کے پھر 100 بار سورۂ اخلاص پڑھیں اور پھر سورۂ اخلاص پڑھتے ہوئے لیٹ جائیں۔ یہ عمل کچھ عرصہ یا کچھ دن مستقل کریں۔ قدرت کے کمالات اور حمایت اپنی طرف متوجہ ہوتے دیکھیں آپ حیران رہ جائیں گے پھر ایک اور عمل فرمایا کہ کھانا کھاتے ہوئے سورۂ اخلاص پڑھتے رہیں اگر درمیان میں بات چیت ہو رہی ہو تو بھی حرج نہیں۔ کھانا کھاتے ہوئے سورۂ اخلاص پڑھنے سے رزق میں برکت، کھانے میں صحت لاعلاج امراض کا خاتمہ، گھریلو الجھنیں، جھگڑے اور مشکلات کا خاتمہ یقینی ہوتا ہے جو بھی یہ عمل کرے گا وہ پریشانیوں سے ایسے نکلے گا جیسے ہوا بادلوں کو اڑا کر لے جاتی ہے۔ کسی کو نوکری چاہیے کسی کو کھلا رزق چاہیے، کسی کو مقدمات میں کامیابی چاہیے، کسی کو اولاد چاہیے، کوئی اولاد کی تربیت سے پریشان ہے۔ قرض اتارنا چاہتا ہے خواہ دل کی جو بھی مراد ہے وہ ہر کھانے کے درمیان ہر وضو کے درمیان، مسلسل سورۂ اخلاص پڑھے، پھر قدرت ربی کا مشاہدہ کرے۔

میں نے حضرت خضر علیہ السلام سے عرض کیا کہ کوئی ایسا عمل کہ آپ سے ملاقات ہو جایا کرے فرمایا جو شخص سورۂ اخلاص کثرت سے پڑھتا ہے میں اس شخص سے ضرور ملاقات کرتا ہوں، چاہے جس حالت میں ہو ملاقات ضرور ہوتی ہے۔ مجھ سے مخاطب ہو کر تاکید سے فرمانے لگے کہ آپ کا سوا کروڑ بار پڑھا سورۂ اخلاص ہی ہے کہ میں خود تلاش کرتا ہوں جو آپ سے محبت کرے گا میں اس سے محبت کروں گا اور اس کی مشکلات میں اس کا ساتھی بنوں گا کیونکہ مجھے آپ سے محبت ہے اور پھر حضرت خضر علیہ السلام نے میرے کاندھے پر ہاتھ رکھ کر مزید فرمایا جو آپ سے نفرت کرے گا اس کے نقصانات ہوں گے اور پریشانیوں سے کبھی نکل نہیں سکے گا ایک مختصر عمل مزید فرمایا کیونکہ انہوں نے عمل تو انوکھے فرمائے ان میں سے چند عبقری کے قارئین کی نذر کر رہا ہوں کہ جو شخص کسی پرندے جانور کو دیکھ کر 3 بار سورۂ اخلاص اول آخر ایک بار درود شریف پڑھے گا اور تصور میں یہ کہے یا اللہ اس کا ثواب میں نے اس جانور کی روح کو ہدیہ کر دیا اور اس جانور کو میرے لیے دعا میں لگا دے جو ایسا کرتا رہے گا وہ ایسے ایسے سخت سے سخت حالات سے نکلے گا کہ خود دیکھنے والے حیران ہوں گے اور وہ خود حیران ہوگا کہ یا اللہ ایسا ممکن کیسے ہوا؟ اس کی بھی آپ سب کو اجازت ہے۔

ابھی پچھلے دنوں کی بات ہے میں عبدالسلام، باورچی جن، حاجی صاحب اور صحابی بابا اور بیشمار جنات ہم سب اکٹھے ہو کر لاہور کے شاہی قلعے کے تیسرے تہہ خانے میں ایک مشہور صاحب کمال درویش کی تربت پر بیٹھے سورۂ اخلاص پڑھ رہے تھے۔ یکایک میں نے اپنے اوپر ایک غنودگی سی محسوس کی حالانکہ عام طور پر مجھے غنودگی محسوس نہیں ہوتی۔ میں نے محسوس کیا کہ میرے اوپر کوئی چیز گر رہی ہے لیکن گرنے کا انداز ایسے ہے جیسے پھول کی پتیاں گرتی ہیں میں بالکل بے سدھ سا ہو گیا دل پر غنودگی نہیں تھی لیکن جسم بے جان تھا اور مجھے اس بات کا بھی احساس تھا کہ صحابی بابا کے علاوہ اور لاکھوں کی تعداد میں سارے جنات موجود ہیں۔ ویسے بھی میرے ساتھ ہر وقت جنات کے لشکر چلتے ہیں۔ ساری کیفیتوں کے بعد میں نے ایک چیز اور مزید محسوس کی اب میرے اوپر ہلکی سی پانی کی پھوار ایسے کہ جیسے گلاب کے پھولوں پر شبنم ہوتی ہے...... وہ گرنا شروع ہو گئی۔ خوشبو بڑھ گئی، کیفیات میں اضافہ ہو گیا اور میں مدہوش اسی خوشبو، پتیوں کے گرنے اور روحانی پھوار کو مسلسل اپنے جسم پر اور اپنے دل پر محسوس کر رہا تھا یہ کیفیت بہت دیر رہی میں بیٹھا رہا اور مسلسل سورۂ اخلاص پڑھتا رہا، پڑھتا رہا۔ **(جاری ہے)**

قارئین عبقری کیلئے تحفہ !!!

اکثر گھروں میں بھڑ کے چھتے ہوتے ہیں اور اگر کوئی قریب سے گزرے یا اس چھتے کو ختم کرنیکی کوشش کرے تو وہ کاٹ لیتے ہیں جس سے شدید سوجن اور تکلیف ہوتی ہے۔ بھڑ یا کالا ڈیمبو کاٹے اس پر قرآن کریم کی یہ آیت **وَاِذَا بَطَشْتُمْ بَطَشْتُمْ جَبَّارِيْنَ** (سورۃ الشعراء: 130) پڑھ کر اپنا تھوک وہاں لگائیں۔ آپ دیکھیں گے کہ اللہ کے پاک کلام کی برکت سے نہ تو سوجن آئے گی اور نہ ہی تکلیف ہوگی۔

ایک دفعہ ایک شخص پر پورا چھتہ گر گیا میرے نانا جی مرحوم نے یہ کلام پڑھ کر عمل کیا۔ اللہ کے کلام کی برکت سے انہیں کوئی تکلیف نہ ہوئی نہ سوجن آئی۔ **(عدیل بابر، ملتان)**

بنت جمشید چغتائی

بندروں کے حیرت انگیز کارنامے

ایک بندر نے تمام پیسٹ سر سے لے کر پاؤں تک اسے مل دیا۔ وہ آدمی کیونکہ کافی عرصے سے سویا نہ تھا اور اس آدمی کا کہنا تھا مجھے یوں لگتا تھا جیسے مجھے آگ لگی ہو اور بندروں کی دوائی آگ پر ٹھنڈا یخ پانی کا کام کرگئی اور مجھے پتہ ہی نہ چلا کہ میں منٹوں میں سوگیا

پاکستان اور انڈیا بننے سے پہلے کی بات ہے کہ فیض آباد انڈیا میں بے تحاشا بندر تھے جن سے تمام لوگ تنگ تھے۔ بالآخر مسلم لوگوں نے مل کر فیصلہ کیا کہ حلوہ بنا کر اس میں زہر مکس کردیں تاکہ بندر حلوہ کھا کر مر جائیں۔ حلوہ پکا کر اس میں زہر مکس کردیا گیا۔ حلوہ کافی بڑی کڑاہی میں پکایا گیا جو کہ تقریباً 2 من تھا۔ بہرحال جب پہلا بندر حلوے کے نزدیک آیا تو حلوہ سونگھ کر پیچھے ہوگیا اور اپنی زبان میں اور بندروں کو منع کیا اور خود کہیں چلا گیا۔ تھوڑی دیر بعد وہ بندر کہیں سے ایک بوڑھے بندر کو لے کر آگیا جس کو دونوں سائیڈوں سے جوان بندروں نے بازو سے پکڑ رکھا تھا۔ جب وہ حلوے کے نزدیک آیا تو اس بوڑھے بندر نے حلوے کو سونگھا اس نے بھی ایک مخصوص چیخ ماری اور کچھ کہا تو تمام بندر اس بوڑھے بندر کو چھوڑ کر کہیں چلے گئے اور بوڑھا بندر انتظار کرنے لگا کچھ دیر بعد وہ تمام بندر ایک ایک ڈنڈا تھامے آگئے جو کہ بانس کی طرح تھے۔ انہوں نے مل کر اپنے اپنے ڈنڈے حلوے میں مارنا شروع کردیئے۔ تقریباً پانچ منٹ لگاتار مارنے کے بعد انہوں نے وہ ڈنڈے پھینک دیئے جیسے ہی انہوں نے وہ ڈنڈے پھینکے تو ان ڈنڈوں کو آگ لگ گئی۔ ایک مرتبہ پھر بوڑھے بندر نے آگے بڑھ کر حلوہ سونگھا اب کی بار تمام بندروں کو نہ صرف حلوہ کھانے کی اجازت مل گئی بلکہ اس بوڑھے بندر نے بھی حلوہ کھایا اور بندروں کا بال بھی بیکا نہ ہوا۔

پھر ایک مرتبہ ایک آدمی کو کوڑھ کا مرض ہوگیا تمام حکیموں نے جواب دے دیا۔ آخر وہ آدمی تنگ ہوکر جنگل چلا گیا کیونکہ اس کے گھر والوں نے بھی اسے گھر سے نکال دیا تھا۔ وہ آدمی کئی مہینوں سے سویا نہ تھا۔ وہ جنگل میں جا کر ایک درخت سے ٹیک لگا کر بیٹھ گیا۔ اتنے میں ایک بندر اس کے قریب آیا اور اسے سونگھنا شروع کردیا پھر اس بندر نے ایک آواز لگائی تو سینکڑوں بندر بھاگتے ہوئے آگئے۔ یہ آدمی سمجھا شائد بیماری کی موت سے پہلے یہ بندر میرا کام تمام کردیں گے مگر اس بندر نے تمام بندروں سے کچھ کہا اور تمام بندر بھاگ گئے۔ کچھ دیر میں جب وہ واپس آئے تو ان کے ہاتھوں میں مختلف قسم کے پودے اور جڑی بوٹیاں تھیں پھر انہوں نے مل کر پتھر سے ان تمام جڑی بوٹیوں کو پیسا۔ اتنے میں ایک بندر ایک چھوٹی سی کھوپڑی میں کہیں سے پانی لایا۔ ان بوٹیوں میں مکس کرکے اس کا پیسٹ بنایا۔ آدمی بیٹھا یہ تمام تماشا دیکھ رہا تھا جب پیسٹ تیار ہوگیا تو اسے بندر کہیں کہ اب کپڑے ہٹا کر لیٹ جاؤ۔ خود لیٹ کر اسے سمجھائیں۔ آخر وہ آدمی برہنہ ہوکر لیٹ گیا تو ایک بندر نے تمام پیسٹ سر سے لے کر پاؤں تک اسے مل دیا۔ وہ آدمی کیونکہ کافی عرصے سے سویا نہ تھا اور اس آدمی کا کہنا تھا مجھے یوں لگتا تھا جیسے مجھے آگ لگی ہو اور بندروں کی دوائی آگ پر ٹھنڈا یخ پانی کا کام کرگئی اور مجھے پتہ ہی نہ چلا کہ میں منٹوں میں سوگیا۔

ایک ڈیڑھ ماہ میں لگاتار سویا رہا۔ جب میں جاگا وہ بھی مجھے بندروں نے زبردستی جگایا۔ جب اس آدمی نے دیکھا تو اس کی تمام جلد سر سے لے کر پاؤں تک اکھڑ چکی تھی اور اس کی جگہ بالکل نئی اور خوبصورت اور چمکدار جلد موجود تھی پہلے وہ بیماری سے بوڑھا لگنے لگ گیا تھا مگر ہوش میں آنے کے بعد وہ 25 سال کا خوبصورت نوجوان تھا۔ خوشی کے مارے جب وہ فیض آباد بھاگا گیا تو پہلے ان حکیموں سے ملا جو اسے لاعلاج قرار دے چکے تھے وہ سب بے حد حیران جن میں سے ایک حکیم نے بتایا کہ تمہارے علاج کیلئے جڑی بوٹیاں تو الگ مگر 10 سال پہلے کے سانپ کی کھوپڑی میں بارش کا پانی پڑا رہے وہ چاہیے تھا تو میں پانی کہاں سے لاتا۔ وہ بندر چھوٹی سی کھوپڑی میں پانی لایا تھا وہ سانپ کی تھی جو انہی کے علم میں تھا اور اس میں بارش کا پانی ہی ہوگا اس کے بعد اس آدمی نے اپنی دوسری زندگی شروع کی۔

اس طرح ایک مرتبہ ایک سپاہی ڈپٹی کمشنر کے آفس کے سامنے چوکیداری کررہا تھا۔ رات اور جنگل کا اندھیرا ہونے کی وجہ سے چوکیدار سپاہی کو محسوس ہوا کہ کوئی آفس کی طرف آرہا ہے کیونکہ وہ تھے بھی انگریز تو پہلے اس نے آواز دی جو کوئی بھی ہے رک جائے پھر کہا پھر تیسری مرتبہ کہا اگر نہ رکے تو گولی ماردونگا۔ مگر کوئی مسلسل آگے بڑھتا رہا تو سپاہی نے گولی ماردی۔ جب صبح ہوئی تو معلوم ہوا کہ رات کو آنے والا کوئی انسان نہیں بندر تھا۔

بہرحال تمام بندروں نے مل کر اس بندر کی لاش ڈپٹی کمشنر کے آفس کے سامنے رکھ دی اور بیٹھ گئے اور اسی سپاہی جس کی گولی سے بندر مرا تھا اس کی طرف اشارہ کریں کہ یہ بندہ ہمیں دو۔ آفس میں نہ کسی کو آنے دیں اور نہ جانے دیں۔ ان کا مسلسل اصرار تھا کہ سپاہی ہمارے حوالے کردیں۔ آخر ڈپٹی کمشنر نے کہا کہ چلے جاؤ بندر تمہارا کیا کرلیں گے مگر وہ سپاہی اندر سے ڈرتا تھا ڈپٹی کمشنر نے اس سپاہی کے ساتھ پانچ مزید سپاہی بمع اسلحہ روانہ کیے اب بندر لاش لیکر چل پڑے ایک بڑے سے میدان میں جا کر بندر کی لاش کو رکھا اور اس سپاہی کو کہیں کہ لیٹ جاؤ۔ اس کے دوستوں نے کہا کہ لیٹ جاؤ ہم تمہارے ساتھ ہیں اگر بندروں نے کچھ الٹ کیا تو ہم اسلحہ استعمال کریں گے۔ وہ سپاہی لیٹ گیا تمام بندر ایک ایک فٹ کی چھڑیاں لائے اور سپاہی کے اوپر رکھنا شروع کردیں۔ اوپر سے چھڑیوں سے بالکل سپاہی کو چھپا دیا اور خود سامنے بیٹھ گئے دوسری سائیڈ پر اس کے دوست بیٹھ گئے۔ تقریباً آدھے گھنٹے کے بعد وہ اٹھ کر بندر کی لاش اٹھا کر چلے گئے۔ اب باقی سپاہی اسے آواز دے کر کہنے لگے لو بندر چلے گئے ہیں اب تم بھی اٹھ جاؤ۔ مگر وہ سپاہی ٹس سے مس نہ ہوا تو ایک دوست نے شرارتاً اُسے چھوٹی سی کنکری ماری کہ بس یار اب اٹھ جا مگر وہ کنکر سپاہی کے جسم کے آر پار ہوگئی تو سب سپاہی اکٹھے ہوکر نزدیک گئے اوپر سے ایک چھڑی اٹھانے کی کوشش کی وہ چھڑی بظاہر ٹھیک دکھائی دے رہی تھی مگر پکڑنے پر محسوس ہوا کہ اب چھڑی کی جگہ صرف راکھ ہے۔ پھر اپنے دوست کو تھوڑا بڑا پتھر مارا تو وہ بھی جسم سے گزر گیا بظاہر وہ سپاہی لیٹا ہوا تھا مگر بندروں نے اپنے بندر کا یوں انتقام لیا کہ نہ صرف سپاہی مر گیا بلکہ وہ راکھ کا ڈھیر بن گیا۔

دیکھا قارئین! بندر کیسے حکیم ہیں اگر ان کے پاس زبان ہوتی تو نجانے کتنی بیماریوں کا علاج ممکن ہوتا کیونکہ ان کو انسانوں سے زیادہ جڑی بوٹیوں کی پہچان ہے۔

اس ماہ کا دکھی خط

بے پردگی نے میرا گھر اجاڑ دیا

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم قارئین السلام علیکم! میں اپنے بھائیوں بہنوں کے سامنے اپنا دکھ پیش کرنے جا رہی ہوں۔ آپ لوگ مہربانی کر کے میری رہنمائی کریں۔ میری شادی کو تیرہ سال ہو گئے ہیں میں اپنے شوہر اور بچوں کے ساتھ خوش و خرم زندگی گزار رہی تھی۔ میرے جیٹھ اور جیٹھانی بھی میرے ساتھ ایک گھر میں رہتے ہیں۔ دو سال پہلے میرے شوہر اور جیٹھانی کے تعلقات ناجائز شروع ہو گئے۔ ایک دفعہ جیٹھ نے رنگے ہاتھوں دونوں کو پکڑا اور دونوں کہنے لگے ہم تو پانی پینے کیلئے کچن میں آئے ہیں۔

میرے شوہر نے میرے جیٹھ سے کہا کہ یہ میری بہن ہے اور کچھ نہ سمجھنا۔ خیر زندگی کی گاڑی یونہی چلتی رہی۔ آج سے آٹھ ماہ پہلے کی بات ہے کہ میں نے اپنے شوہر کو کہا کہ حرام کام نہ کرو تو اس نے کہا کہ ہم نے رضامندی سے نکاح کر لیا ہے اور اگر تو نے اپنے بھائیوں کو بتایا تو میں طلاق دے دوں گا۔

جب میں منع کرتی تو بہت ظلم کرتا' ڈنڈے مارتا اور جو چیز ہاتھ میں ہوتی وہ مار دیتا اور غلیظ گالیاں دیتا اور کہتا مجھے تیری شکل سے ہی نفرت ہے اور جب میں گھر آیا کروں تو میرے سامنے مت آیا کر۔ میرے چھوٹے چھوٹے پانچ بچے ہیں۔ بڑی بیٹی کی عمر 11 سال اور سب سے چھوٹی بیٹی دو ماہ کی ہے جبکہ میری جیٹھانی کی کوئی اولاد نہیں۔ دو سال پہلے میرے ایک بیٹے کو اپنا بیٹا بنا لیا تھا۔ میں نے کہا شائد عقل آ جائے لیکن اس نے اپنے تعلقات نہیں چھوڑے۔

میں سارا دن رو رو کر اپنے خدا سے دعا کرتی ہوں یا اللہ! میرے شوہر کو ہدایت دے لیکن لگتا ہے کہ اللہ کو کچھ اور ہی منظور تھا۔ اس نے غصہ میں آ کر مجھے میرے بھائی کے گھر رہنے بھیجا اور بچے سکول جانے کیلئے لے گیا۔ اگلے دن آ کر مجھے آزاد کر گیا۔ میں اس مرد کے ساتھ نہیں رہنا چاہتی اس لیے میں نے اپنے بھائی بھابی کو سب کچھ بتا دیا۔ اگلے دن وہ آیا اور مجھے طلاق طلاق طلاق کہہ کر چلا گیا۔

حکیم صاحب! اب آپ میری رہنمائی کریں مجھے کچھ پڑھنے کیلئے وظیفہ بتائیں کہ جس سے میرے بچے مجھے ملنے کیلئے آ جائیں کیونکہ بچے میری ذمہ داری نہیں ہیں اسلیے میں انہیں مستقل رکھنا نہیں چاہتی اس کے بچے ہیں وہ ذمہ داری پوری کرے کیونکہ میں اکیلی تو اپنے بھائی کے پاس رہ سکتی ہوں بچوں کے لے کر کہاں جاؤں گی۔

حکیم صاحب! میری اپنی بہنوں سے خصوصی گزارش ہے کہ وہ شرعی پردے پر آ جائیں جس طرح بے پردگی کی وجہ سے میرا گھر اجڑ گیا ہے اگر ہم سب پردہ کریں تو کبھی بھی کسی کا گھر نہ اجڑے۔

عجیب مایوسی

محترم حکیم صاحب! میں عجیب مایوسی کی حالت میں ہوں' پانچ وقت کی نمازی ہوں' میرے کان خراب ہیں آہستہ سنائی دیتا ہے جس کی وجہ سے میری شادی نہیں ہو رہی۔ زندگی تو تنہا گزارنی ہے میں نے بہت وظیفے کیے مگر کچھ نہ بنا۔ ماں باپ کو بھی کوئی پسند نہیں آتا۔

لوگ کہتے ہیں بندش ہے۔ مجھے بہت عجیب قسم کے خواب آتے ہیں سمجھ نہیں آتی کیا کروں' خودکشی حرام ہے' فتنوں سے ڈر لگتا ہے کوئی دعا کوئی وظیفہ بتا دیں کہ میرے دل و دماغ سے شادی نکل جائے۔ صبر آ جائے' میں بہت تھک گئی ہوں' کوئی وظیفہ بتا دیں کہ میرا مسئلہ حل ہو جائے۔ کوئی آزمودہ مجرب وظیفہ کہ کوئی رشتہ آ جائے جس سے سب راضی ہوں۔

میری عمر تو اب 33 سال ہو گئی ہے اب کوئی امید بھی نہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ میرا وقت جلد گزر جائے اسی پریشانی سے میری نمازیں خراب ہو رہی ہیں۔ میری عبادت بھی' کوئی حل بتا دیں۔ میں شکل و صورت جسم سے بھی کم عمر دکھائی دیتی ہوں۔ خاصی پڑھی لکھی ہوں۔ میں اللہ کے قریب ہونا چاہتی ہوں۔ بہت تڑپ تڑپ کر روتی ہوں۔

محترم حکیم صاحب! میرے جینے کا کوئی مقصد نہیں ہے۔ میرے گھر میں سب بالغ ہیں۔ بھائی' بہن مگر ماں باپ کوئی توجہ نہیں دیتے' میرے ساتھ میری دوسری بہنوں کا بھی وقت گزر رہا ہے۔ میں نے اپنے رشتہ داروں سے ملنا جلنا چھوڑ دیا ہے۔ کبھی کبھی تو اتنی مایوسی ہوتی ہے کہ نعوذ باللہ اللہ سے شکوہ کرتی ہوں۔ عورت ذات اتنی گندی ہے کہ اس کیلئے عذاب ہی عذاب ہے۔ میں تو دن رات ایک ہی دعا کرتی ہوں کہ اے اللہ عورتوں کی تعداد کم کر دے۔

مذہبی لڑکیوں سے آج کل کوئی شادی کرنے کو تیار نہیں۔ صرف شادی شدہ لوگ شادی پر آمادہ ہیں وہ بھی بچے پیدا کرنے کیلئے۔ یہی اوقات ہے اس کی۔ میرے ان سوالوں کا جواب کسی کے پاس نہیں ہے خدا کے واسطے کوئی ایسا عمل بتا دیں کہ یہ خواہش ختم ہو۔ آخر یہ شادی کی خواہش لڑکیوں میں اللہ نے کیوں ڈال دی ہے؟ جب اس ملک میں شادی ہو ہی نہیں سکتی۔ ایمان والیوں کو قبول ہی نہیں کیا جاتا۔ تنہائی میں شدت سے خودکشی کی خواہش بڑھتی ہے۔ آخر میں کب مروں گی؟؟؟ (گستاخیوں کی معافی چاہتی ہوں)

(قارئین! ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

رزق میں وسعت اور برکت کیلئے

ایک اللہ والے فرمانے لگے کہ ایک بندہ جو واقف کار تھا' میرے پاس آیا اس کو شدید مالی تنگی تھی۔ میں نے اس سے کہا گھر میں جب داخل ہو تو پہلے اونچی آواز کے ساتھ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پڑھ کر دائیاں پاؤں گھر میں داخل کر کے پھر السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ کہے پھر نماز والا درود پاک پڑھے پھر سورۂ اخلاص پڑھے۔ کچھ عرصہ یقین کے ساتھ کرنے کے بعد ملا تو بتایا کہ اب تو میرا کروڑوں کا کاروبار چل رہا ہے۔ یہ عمل اس بندہ حقیر نے خود اپنے کانوں سے سنا ہے اور بندہ بھی اس پر عمل کرتا ہے۔ الحمدللہ فائدہ ہوا ہے۔ **(احمد علی' رائیونڈ)**

اگر جسم میں کہیں بھی درد ہو تو......!

جسم میں کہیں مثلاً پیٹ، پسلی، کندھا، ٹانگیں بازو کہیں بھی درد ہو تو 2 عدد ثابت کالی مرچ (گرم مصالحہ) والی پانی سے لیں چند منٹوں میں افاقہ ملے گا اگر پہلے دن آرام نہ آئے تو دو ایک روز اور استعمال کر لیں۔ میرا آزمودہ ہے۔ میں نے آج تک جس کسی کو بھی دیا اللہ نے اسے شفاء دی ہے۔ **(سعیدہ بلوچ، مظفرگڑھ)**

بوتل بند پانی بیماریوں کا گڑھ

عاطف علی' لاہور

بوتل بند پانی میں ایک جرثومہ کیمپائلو بیکٹیر یا پیدا ہوسکتا ہے جوغذائی سمیت کی ایک بڑی وجہ ہوتا ہے اس سمیت کی علامات میں معدے کا درداوراسہال شامل ہیں اوربعض صورتوں میں یہ تکلیف معدہ وامعا کے خطرناک عوارض کی شکل اختیار کرسکتی ہے

یونیورسٹی آف ویلز (برطانیہ) کی ایک تحقیقی جماعت نے خدشہ ظاہرکیاہے کہ بوتلوں میں بندمعدنی پانی (منرل واٹر) غذائی سمیت (فوڈ پوائزنگ) کاایک سبب ہوسکتا ہے اگرچہ معدنی پانی تیار کرنے والی کمپنیوں نے اس رائے سے اختلاف کیا ہے تاہم تحقیق کاروں کا کہنا ہے کہ برطانیہ میں ہونے والے غذائی سَمِیت کے پچاس ہزار کیسوں میں سے چھ ہزار کا سبب بوتل بند پانی ہوسکتا ہے۔ تحقیق کے مطابق بوتل بند پانی میں ایک جرثومہ کیمپائلو بیکٹیر یا پیدا ہوسکتا ہے جوغذائی سمیت کی ایک بڑی وجہ ہوتا ہے اس سمیت کی علامات میں معدے کا درد اور اسہال شامل ہیں اوربعض صورتوں میں یہ تکلیف معدہ وامعا کے خطرناک عوارض کی شکل اختیار کرسکتی ہے۔

اچھی سماعت سے ذہنی صلاحیت میں اضافہ

سماعت اور بولنے کی خرابیوں کے ماہرین نے کہاہے کہ سماعت سے محروم بچوں کواگر ایک باراچھی طرح سننے کا موقع مل جائے تو ان کے دماغی خلیے خودبخود متحرک ہوجاتے ہیں اور ان کی ذہنی صلاحیتیں عام بچوں جیسی نشوونما حاصل کرلیتی ہیں۔

ٹیکنالوجی کی ترقی سے اب ایسے آلات تیارہو چکے ہیں جوان بچوں کوایک کامیاب اورمعمول کی زندگی گزارنے میں مدد دے سکتے ہیں۔ والدین' معالجین اوراساتذہ کومل کرسماعت سے محروم بچوں کو بتدریج بولنے اورسیکھنے کی ترغیب دینی چاہیے۔ان کی بے ربط پکاروں کوغور سے سننا چاہیےاوربڑی شفقت اورصبر کے ساتھ انہیں درست بولنے کی مشق کرانی چاہیے۔ ماہرین کے مطابق بچوں میں سماعت کی خرابی دو طرح کی ہوتی ہےموصلی اورحسی اعصابی۔موصلی خرابی میں سماعت کے معاون آلات بہت مفید ثابت ہوتے ہیں جبکہ حسی اعصابی خرابی اور کانوں کے پردوں میں ارتعاش کی صلاحیت نہ ہونے کی وجہ سے سماعت کے معاون آلات کا استعمال دشوارہوتا ہے۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ والدین کو پہلے چھ ماہ کے دوران اپنے بچوں کابغور جائزہ لینا چاہیے۔اگر وہ والدین کی آوازوں پر ردعمل ظاہرنہیں کرتے تو فوراًماہرین سماعت سے رجوع کرنا چاہیے۔ایسے بچوں کواشاروں کی زبان سکھانے کی بجائے ترجیحاً بولنے کی ترغیب اورتربیت دی جانی چاہیے۔

صبح کی ورزش سے نیند بہتر

امریکہ میں کیے گئے ایک تحقیقی مطالعے میں یہ نتیجہ اخذ کیا گیا ہے کہ ماہواری بند ہوجانے کے بعد (مینوپاز:سن یاس) نیند کے آنے میں دقت محسوس ہونے لگےتو اس کاحل ورزش ہے لیکن اس تحقیق میں شریک ایک محقق کا کہنا ہے کہ نیند کے گہرے ہونے یانہ ہونے کاانحصاراس بات پر ہے کہ کتنی ورزش کی گئی ہے اورکس وقت کی گئی ہے۔ تحقیق کرنے والوں کا مشاہدہ یہ ہے کہ جوعورتیں ہفتے کے سات دن صبح کے وقت درمیانی شدت کی ورزش کم ازکم آدھے گھنٹے تک کرتی ہیں انہیں اس سے کم ورزش کرنے والی خواتین کے مقابلے میں نیند آنے میں کم دقت ہوتی ہے۔اس کے برعکس جوخواتین یہی ورزشیں شام کے وقت کرتی رہی تھیں ان کیلئے نیند آنے یا اس کے گہرے ہونے کے معاملے میں کوئی بہتری واقع نہیں ہوئی تھی۔ تحقیق کرنے والوں نے اس سے یہ نتیجہ نکالا کہ صبح کی ورزش شام کی ورزش کے مقابلے میں ان اعصاب پر بہتر انداز سے اثرانداز ہوتی ہے کہ جن سے نیندا چھی اورگہری آتی ہے۔

وظیفے کی برکت سے زندگی سنور گئی

السلام علیکم حکیم صاحب! میں نے اپنے شوہر کے انتہائی رویے کیلئے آپ سے پوچھا تھا' وہ چھوٹی چھوٹی بات پر بہت زیادہ لڑائی کرتے تھے'فوراً ہی بات طلاق پر لے آتے تھے' لیکن جب غصہ اترتا تھاتو کہتے کہ مجھے پتا نہیں چلتا۔ مجھے لگتا ہے میرے اوپر کسی نے کچھ کردیا ہے۔آپ نے مجھے یہ وظیفہ دیا تھا۔درودابراہیمی اول آخر گیارہ مرتبہ یَالطِیْفُ یَا وَدُوْدُ گیارہ تسبیح ہرتسبیح کے بعدایک کالی مرچ دم کرنی ہے پھران گیارہ مرچوں کوآگ پرجلا دینا' پانی بھی دم کرنا ہے۔ حکیم صاحب اس وظیفے کی برکت سے میرے شوہر کا رویہ بالکل تبدیل ہوگیا ہے اوراب ہم الحمدللہ خوش وخرم زندگی گزارر ہے ہیں۔ **(نوشین ارشد' گوجرانوالہ)**

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گےتو حیرت کا انوکھا جہان اورمشکلات کا سوفیصد حل خودآپ کوحیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اورمشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعدعبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔سوتے وقت اگر باوضواور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد اَللّٰھُمَّ رَبَّنَا مَالِکَنَا کاورداول وآخر 3بار درود شریف پڑھیں پھرلیٹ جائیں۔جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کاحل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ'' آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکراس مرض کوختم یاالجھن کوحل کررہی ہے اوراس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصداس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصورکو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکومشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گےتو حیرت کاانوکھاجہان اور مشکلات کاسوفیصد حل خودآپ کوحیرت زدہ کردیگا۔مراقبے کے بعداپنی کیفیات فوائداورانوکھے تجربات ہمیں لکھنانہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میری عبقری سے ملاقات 3 سال قبل ہوئی۔شروع دن سے ہی یہ رسالہ بہت زبردست ہے۔حکیم صاحب مجھے چکر'متلی' سانس بند ہونا کی بیماریاں تھیں۔ میں نے بہت سے ڈاکٹروں اورحکیموں سے علاج کروائے لیکن وقتی طور پر فائدہ ہوتا تھا بعد میں پھر وہی حالت ہوجاتی تھی۔ میں نے پھرایک دفعہ عبقری رسالے میں مراقبے کاعمل دیکھا اور پورے یقین کے ساتھ مسلسل کچھ عرصہ کیا۔حکیم صاحب اللہ کاشکر ہے کہ چکر'متلی' سانس بندہونے کی بیماری تو جیسے تھی ہی نہیں۔اللہ کاشکر ہے کہ اب میں بالکل ٹھیک ہوں۔حکیم صاحب مراقبے کاعمل کرنے سے میری بے شمار روحانی بیماریاں بھی ٹھیک ہوگئیں ہیں۔ اب میں خشوع وخضوع کے ساتھ نماز پڑھتی ہوں اور ہر وقت زبان پر ذکر جاری رہتا ہے۔حالانکہ مراقبے کاعمل کرنے سے پہلے میں ایسی نہ تھی۔ **(مزمل شفیق' لاہور)**

ایم صادق، دکی بلوچستان

نماز سے ہپناٹزم اور ٹیلی پیتھی تک

آسن کا نعم البدل نماز میں سجدہ ہے جس میں نقصان تو کوئی نہیں لیکن مذکورہ فوائد حاصل کیے جاسکتے ہیں کیونکہ سجدے کی حالت میں بھی خون کا بہاؤ سر کی طرف ہوتا ہے مطلب نماز میں سرش آسن کے فوائد بغیر کسی نقصان کے حاصل کرلیتا ہے

اسلام دنیا کا واحد مذہب ہے جسے جس ترازو میں تولا گیا تو یہ الحمدللہ پورا اترا' مسلمان اس لیے نماز نہیں پڑھتا کہ اس میں سائنسی تحقیق کے مطابق فوائد ہیں' روزہ اس لیے نہیں رکھتا کہ میڈیکل سائنس نے اس کے بے شمار فوائد بتائے بلکہ مسلمان تو ہر حکم کو اللہ تعالیٰ کا حکم سمجھ کر کرتا ہے۔ لیکن یہ تو حق ہی کا خاصہ ہے کہ جو اسے اپناتا ہے اسے دنیا وآخرت دونوں میں کامیاب کردیتا ہے۔ احکام اسلام کے سائنسی فوائد کے موضوع پر بے شمار کتابیں لکھی جاچکی ہیں۔ آج علم یکسوئی کا ایک ادنیٰ طالب علم احکام اسلام میں یکسوئی کی چند جھلکیاں ڈھونڈ کرلایا ہے تو سب سے اسلام کی بنیادی رکن نماز کا ذکر کرتے ہیں۔

ماہرین علم یکسوئی بتاتے ہیں کہ ارتکاز توجہ کی کوئی بھی مشق کرنی ہو تو اس سے پہلے سانس کی مشق یا لمبی لمبی سانس لینی چاہیے جس سے انسان یکسو ہوجاتا ہے گویا یکسوئی کی مشق کرنے سے پہلے مشق کیلئے یکسو ہونا چاہیے غور کیا جائے تو اسلام نماز سے پہلے وضو کا حکم دیتا ہے اور یہ سائنسی تحقیق سے ثابت ہوچکا ہے کہ وضو سے انسان یکسو ہوجاتا ہے۔ گویا ایک مسلمان یکسوئی کی ایک مشق کرنے سے پہلے یکسوئی حاصل کرنے کے قانون سے صدیوں پہلے آگاہ ہوچکا ہے اب دوسرا مرحلہ نماز کا آتا ہے نماز تو سبحان اللہ یکسوئی کا مکمل نصاب ہے۔

ارتکاز توجہ (یکسوئی) کے تمام ماہرین اس بات پر متفق ہیں کہ کامیاب مشق وہی ہے جس میں انسان اپنی نگاہ کے ساتھ ساتھ توجہ وخیال کو بھی ایک نقطہ پر مرکوز کرے۔ مثلاً مشق شمع بینی کی ہو آئینہ بینی کی ہو یا سورج بینی اس میں شمع سورج یا آئینہ پر ٹکٹکی باندھ کر آنکھیں جھپکنے کے ساتھ ساتھ اس بات کی بھی ممانعت ہے کہ توجہ ادھر ادھر بھٹکی نہ ہو اب غور کیا جائے تو کامیابی کا یہ قانون نماز سے اخذ شدہ ہے۔ نماز میں قیام کی حالت میں نگاہ سجدے کی جگہ پر مرکوز کی جاتی ہے اور رکوع میں پاؤں کی پشت کو دیکھا جاتا ہے اور سجدے میں ناک کو اور اس کے ساتھ ساتھ تمام تر توجہ نمازی نماز پر مرکوز کردیتا ہے کہ وہ کیا پڑھ رہا ہے۔

یکسوئی کی مشقوں میں ایک شرط اور بھی ہے وہ یہ ہے کہ عامل جس پوزیشن میں بیٹھ جائے تو کمر اور گردن ایک سیدھ میں ہونی چاہیے اور ہلنے جلنے کی ممانعت ہے اس لیے کہ اس سے اس کی توجہ میں خلل پڑ جاتا ہے اب ذرا اس حدیث پر غور کیا جائے۔

''حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کی والدہ ام رومان رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ میں ایک مرتبہ نماز پڑھ رہی تھی نماز میں ادھر ادھر جھکنے لگی حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے دیکھ لیا تو مجھے اس زور سے ڈانٹا کہ میں (ڈر کی وجہ سے) نماز توڑنے کے قریب ہوگئی پھر ارشاد فرمایا کہ میں نے حضور نبی کریم ﷺ سے سنا ہے کہ جب کوئی شخص نماز میں کھڑا ہو تو اپنے بدن کو بالکل سکون سے رکھے۔ یہود کی طرح ہلے نہیں' بدن کے تمام اعضاء کا نماز میں بالکل سکون سے رہنا نماز کے پورا ہونے کا جز ہے۔'' گویا کامیابی کا یہ قانون نماز سے اخذ شدہ ہے۔

اس کے ساتھ ساتھ ماہرین فن یکسوئی کے طالب علم کو مشقوں کے دوران مقوی دماغ اشیاء کھانے کی تلقین کرتا ہے کہ دماغ میں ضعف پیدا نہ ہو۔ اس کیلئے ماہرین یوگ نے ایک آسن بتائی جس کا نام ہے سرش آسن۔ اس آسن میں انسان سر کے بل کھڑا ہوتا ہے اس آسن کے دو فوائد بتائے جاتے ہیں

ایک تو اس میں انسانی دماغ میں واقع غدود پینل گلینڈ جسے چھٹی حس بھی کہا جاتا ہے پر دباؤ پڑتا ہے جس کے نتیجے میں آہستہ آہستہ یہ غدود بیدار ہوجاتے ہیں کہ یکسوئی مشقوں کا مقصد ہی یہی ہے۔

دوسرا فائدہ یہ ہے کہ اس آسن کے دوران خون کا بہاؤ انسان کے سر کی طرف ہوجاتا ہے جس سے انسان کا دماغ طاقتور ہوجاتا ہے اس آسن کے اور بھی بہت سے فوائد ہیں لیکن یہ آسن جتنا فائدہ مند ہے اتنی ہی خطرناک بھی ہے کیونکہ اس میں ذرا سی بے احتیاطی سے انسان کی گردن کو نقصان پہنچ سکتا ہے اس لیے ماہرین یوگ یہ آسن چند سیکنڈ سے زیادہ کرنے کی اجازت نہیں دیتے۔

لیکن غور کیا جائے تو اس آسن کا نعم البدل نماز میں سجدہ ہے جس میں نقصان تو کوئی نہیں لیکن مذکورہ فوائد حاصل کیے جاسکتے ہیں کیونکہ سجدے کی حالت میں بھی خون کا بہاؤ سر کی طرف ہوتا ہے مطلب نمازی نماز میں سرش آسن کے فوائد بغیر کسی نقصان کے حاصل کرلیتا ہے۔ اب نماز کے آخری ارکان دونوں طرف سلام پھیرنا پر غور کیا جائے تو یہ یکسوئی کیلئے حیرت انگیز فوائد رکھتا ہے مثلاً یکسوئی کی جتنی بھی مشقیں ماہرین نے ذکر کی ہیں ان تمام کا مقصد انسانی دماغ میں واقع دو غدود پینل گلینڈ جو کہ ہمارے ناک سے ایک انچ اوپر واقع ہیں اور پچوٹری گلینڈ جو کہ دماغ کمین بیچ میں واقع ہیں' بیدار کرنے کیلئے کی جاتی ہیں تو نماز میں صرف سلام پھیرنے ہی کو دیکھا جائے تو یہ چیز واقع ہوجاتی ہے جب نمازی دائیں طرف سلام پھیرتا ہے تو پینل گلینڈ پر دباؤ پڑ جاتا ہے اور جب نمازی بائیں طرف سلام پھیرتا ہے تو پچوٹری گلینڈ پر دباؤ پڑتا ہے۔

قارئین کرام! یہ صرف سنی سنائی باتیں نہیں ہیں نماز سے یہ تمام فوائد حاصل ہوسکتے ہیں بشرطیکہ ہم نماز کے حقوق کا خیال رکھیں۔

نماز اللہ تعالیٰ کا بہت بڑا حکم ہے باقی تمام احکام زمین پر اترے اور نماز کیلئے رسول کریم ﷺ کو عرش پر بلایا گیا نماز کفر اور اسلام میں فرق واضح کرتی ہے۔ نماز رسول کریم ﷺ کی آنکھوں کی ٹھنڈک ہے اور روز قیامت سب سے پہلے نماز کے بارے میں پوچھا جائیگا۔ اتنے بڑے حکم سے صرف یکسوئی حاصل ہوجائے تو یہ بہت چھوٹی سی بات ہے۔ اس حکم کے تمام فوائد احاطہ تحریر میں لانا احقر کے بس کی بات نہیں۔

جوڑوں کے درد کیلئے

صبح شام چاول کے چمچ میں شہد بھر کر دارچینی چائے والی چھوٹی چمچ بھر کر ڈال دیں اور اسے ہلا کر پی لیں۔ دن میں یہ عمل دو دفعہ صبح وشام کریں۔ انشاء اللہ 40 دن بعد خاطر خواہ اضافہ ہوگا۔

ہائی بلڈ پریشر کیلئے

نماز فجر کے بعد پانی کا گلاس بھر کر سامنے رکھ لیں اور ایک دفعہ سورۂ یٰسین شریف پڑھ کر تین دفعہ اس پر دم کریں اس کے بعد تین دفعہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دم کرکے اس پانی کو پی لیں۔ انشاء اللہ 40 روز بعد ہائی بلڈ پریشر میں خاطر خواہ کمی ہوگی۔ **(ایک بندہ خدا' واہ کینٹ)**

کیا آپ تشنج کے بارے جانتے ہیں؟

ڈاکٹر ابراہیم، فیصل آباد

عضلات کے لوچ میں اس تبدیلی کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہاتھوں پیروں میں اکڑن پیدا ہو جاتی ہے اور نقل و حرکت محدود ہونے لگتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ معمول کے کام مثلاً چلنا' کھانا پینا' سونا وغیرہ مشکل ہو جاتا ہے۔ اس حالت کے دوران اکثر اچانک ایسی عضلاتی اینٹھن ہوتی

تشنج بذات خود کوئی بیماری نہیں۔ دراصل یہ ایک اصطلاح ہے جو ایک یا ایک سے زیادہ ایسی علامات کے بیان کیلئے استعمال ہوتی ہے جو اعصابی بدنظمی یا حرام مغز کی چوٹ یا خرابی کے نتیجے میں ظاہر ہوتی ہیں۔

فنی اصطلاح میں تشنج کی وضاحت یوں کی جاسکتی ہے کہ یہ عضلات کے لوچ میں غیر معمولی تبدیلی ہے۔

عضلات کے لوچ میں اس تبدیلی کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہاتھوں پیروں میں اکڑن پیدا ہو جاتی ہے اور نقل و حرکت محدود ہونے لگتی ہے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ معمول کے کام مثلاً چلنا' کھانا پینا' سونا وغیرہ مشکل ہو جاتا ہے۔ اس حالت کے دوران اکثر اچانک ایسی عضلاتی اینٹھن ہوتی ہے جو شدید تکلیف دہ بن جاتی ہے۔

تشنج کی ایک شکل مضاعف تصلب بھی ہے۔ یہ بیماری حرام مغز کی نسوں کے گرد حفاظتی نخاعی غلاف کو نقصان پہنچنے سے ہوتی ہے۔ حرام مغز کو چوٹ پہنچنے یا حرام مغز میں خرابی بھی تشنج کا باعث بنتی ہے جو لوگ فالج کے مریض ہوتے ہیں یا جنہیں پیدائش کے وقت سے دماغی فالج ہوتا ہے وہ بھی تشنج کی زد میں آجاتے ہیں تاہم تشنج کی اصل حقیقت کو ابھی تک پوری طرح نہیں سمجھا جاسکا ہے۔

تشنج کی وجہ سے اعضا میں اکڑن ایک عام علامت ہے جس کے باعث معمول کی سرگرمی متاثر ہوتی ہے اور ہاتھ سے چھوٹے موٹے کام کرنا پیروں سے چلنا بھی مشکل ہو جاتا ہے۔

تشنج میں اکثر عضلاتی اینٹھن شدید ہو جاتی ہے اور اس پر قابو پانا مشکل ہو جاتا ہے۔ یہ کیفیت معمولی باتوں سے بھی ہو جاتی ہے مثلاً کھانسی' چھینک' جلد کی سوزش یا مثانے کا بھر جانا۔ یہ کیفیت رات کے دوران زیادہ تکلیف دہ ہوتی ہے۔

تشنج کی شدت مختلف لوگوں میں مختلف ہوتی ہے اور یہ شدت مختلف دنوں میں کم زیادہ ہوسکتی ہے۔ بعض لوگوں کو یہ تکلیف کبھی کبھی اور خفیف ہوتی ہے جب کہ دوسروں پر اس کے اثرات دوررس اور شدید ہوتے ہیں۔ ہاتھوں پیروں کو حرکت دینا اور پھیلانا مسئلہ بن جاتا ہے۔ بعض اوقات عضلات کی اینٹھن اس قدر شدید ہوتی ہے کہ مریض بستر یا وہیل چیئر سے گر جاتا ہے۔

تشنج کے مریضوں کو اکثر جسمانی مسائل کے ساتھ ساتھ جذباتی مسائل بھی درپیش ہوتے ہیں۔ ظاہر ہے کہ جب انسان اپنے روزمرہ کے کام کرنے سے بھی معذور ہو جائے تو اس پر بے چارگی اور مایوسی کے احساس کا غلبہ ایک فطری بات ہے جب یہ لوگ باہر آ جا نہیں سکتے تو وہ یوں محسوس کرتے ہیں کویا دنیا سے کٹ گئے ہیں۔ رشتے دار اور احباب اکثر ان کی اس کیفیت اور احساس کو سمجھ نہیں پاتے اور ان کا رویہ مریض سے ہمدردانہ نہیں ہوتا جس کا مریض پر مزید برا اثر پڑتا ہے۔

تشنج کے مریض کو اس تکلیف سے افاقہ حاصل کرنے کے سلسلے میں اعصابی امراض کے ماہرین' مالشی معالجہ کرنے والوں' درد کا علاج کرنے والوں' نرسوں اور عزیزوں' دوستوں سب ہی کی مدد درکار ہوتی ہے لیکن بہتر ہوگا کہ مریض کو اس بیماری کے بارے میں تفصیلی معلومات فراہم کی جائیں تاکہ وہ خود اپنی تھوڑی بہت مدد کرسکے۔ اس طرح مریض میں خود اعتمادی پیدا ہوگی اور بے چارگی کا احساس کم ہوگا۔

تشنج کے علاج کے سلسلے میں دواؤں کے علاوہ مالشی معالجہ اور اٹھنے بیٹھنے کے انداز کو بھی کافی دخل ہے۔ مالشی معالجے کے ذریعے سے اینٹھن کے دوران ہونے والے درد کی شدت کو کم کرنے میں مدد ملتی ہے اور ہاتھ پیر کھلتے ہیں۔ نیز کمزور یا مفلوج عضلات کی سختی کو روکنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ آبی معالجہ (پانی کے اندر ورزش) بھی تشنج کے بعض مریضوں کی تکلیف کو کم کرتا ہے۔

رات میں تشنج کے باعث اکثر سونے کا انداز یا پوسچر ہوتا ہے یہ انداز بگڑ جائے تو تکلیف شروع ہو جاتی ہے۔ سونے کے صحیح پوسچر نیز وہیل چیئر پر بیٹھنے کے پوسچر کے بارے میں اپنے معالج سے مشورہ ضرور کریں کیونکہ تشنج کے دورے سے بچنے کے سلسلے میں جسم کا صحیح انداز نشست و برخاست بہت اہمیت رکھتا ہے۔

میتھی حسن اور جمال کیلئے

میتھی قدرت کی جانب سے بنی نوع انسان کیلئے عظیم تحفہ ہے۔ اس کا باقاعدہ استعمال جسم کو صحت مند رکھتا ہے۔ میتھی کے پتے چٹ پٹی خوشبو کی وجہ سے رغبت سے کھائے جاتے ہیں۔ یہ تاثیر میں قبض کشاء ہوتے ہیں۔ جن لوگوں کا ہاضمہ خراب رہتا ہے بھوک نہیں لگتی' غذا ہضم ہونے کے بجائے معدے اور انتڑیوں میں گلتی سڑتی رہتی ہے ان کیلئے میتھی کا استعمال ان علامتوں کو رفع کرنے کا موجب بنتا ہے۔ میتھی کے پتے ابالنے کے بعد ہلکا سا بھون کر کھائیں تو صفراء کی زیادتی ختم ہو کر طبیعت ہشاش بشاش ہو جاتی ہے۔ آنکھوں کی پیلی رنگت' کڑوا ذائقہ اور دل خراب ہونے کی کیفیت ختم ہو جاتی ہے' پاخانہ کھل کر آتا ہے یوں مریض کو خود کو تر و تازہ اور ہلکا پھلکا محسوس کرتا ہے۔ جن لوگوں کو منہ کے اندر رخساروں' زبان کے نیچے یا ہونٹوں کی اندرونی سطح پر چھالے بن جاتے ہیں انہیں میتھی پکا کر کھانی چاہیے۔

سر کے بالوں کیلئے میتھی میں بہت سی خوبیاں پنہاں ہیں۔ خواتین کیلئے یہ خاص نسخہ ہے کہ میتھی کو اچھی طرح دھو کر تھوڑے پانی میں کچھ دیر تک بھگوئے رکھیں تاکہ نرم ہو جائیں۔ پھر ان کو صاف سل پر یا مکسر میں ڈال کر بالکل میدہ بنالیں۔ غسل کرنے سے پہلے اس تازہ میدے کو سر میں بالوں کی جڑوں اور بالوں کے اوپر لگائیں ایک گھنٹہ کے بعد سر کو اچھی طرح دھولیں۔ بالوں کو کھلے پانی سے خوب کھنگالیں تاکہ سارا مواد نکل جائے۔ میتھی میں ایک نیچرل کنڈیشنر پایا جاتا ہے جو بالوں کو نرم ملائم اور خوبصورت کرتا ہے۔ اسی طرح اسی میتھی کے میدے کو رات کو سونے سے پہلے پورے چہرے پر لگائیں اور تھوڑی دیر بعد نیم گرم پانی سے چہرے کو دھولیں صبح اٹھنے پر آپ کی جلد تر و تازہ نظر آئیگی۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

ع،م چوہدری

درود شریف سے اندھیرا اُجالے میں بدلیں

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرمؐ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے اسکی بیماری سے صحت یابی کیلئے اللہ سے انتہائی عاجزی سے دعا کریں تو اللہ بحرمت رسول اکرمؐ دعا قبول فرمائینگے

اندھیرا اجالے میں بدلنے کیلئے

جب بھی رنج و ملال ہو یا کوئی مصیبت آجائے تو فوراً اس درود پاک کو پڑھنا چاہیے انشاء اللہ تمام مصیبتیں منٹوں میں ختم ہو جائیں گی' اندھیرا اجالے میں بدل جائے گا۔ زحمت رحمت میں تبدیل ہو جائے گی۔

یہ درود شریف نہایت ہی زود اثر ہے۔ فی الحقیقت اگر صدق دل سے پڑھ کر پہاڑ کی طرف انگلی سے اشارہ کیا جائے تو پہاڑ فوراً ٹکڑے ٹکڑے ہو جائے گا۔ اللہ تعالیٰ نے اس درود پاک میں اس سے بھی کہیں زیادہ طاقت رکھی ہے۔

کسی اہم معاملہ میں کامیابی چاہنے والا کسی بلا میں گرفتار شخص اس درود شریف کو چار ہزار چار سو چوالیس مرتبہ پڑھے اللہ تعالیٰ اس کی مراد اور مطلب براری اس کے حسب منشاء کر دے گا۔ انشاء اللہ۔

جو شخص روزانہ اکتالیس یا ایک سو بار یا زیادہ بار اس کی پابندی کرے گا تو اللہ تعالیٰ اس کے غم و اندوہ' دکھ اور بے چینی دور فرما دینگے۔ زمانہ کے حوادث سے اسے محفوظ رکھیں گے' بھوک اور فقر کی ہلاکتوں سے بچائیں گے' جو شخص ایک مجلس میں گیارہ بار پڑھے گا گویا اس پر رزق آسمان سے اتر رہا ہے اور زمین سے اگتا ہے۔

حضرت امام دینوری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ جو اس درود پاک کو ہر نماز کے بعد روزانہ گیارہ مرتبہ پڑھے گا اس کا رزق کبھی منقطع نہیں ہوگا اور جو روزانہ سو بار پڑھے گا وہ اپنے مطلوب کو حاصل کریگا۔

ہزار بار پڑھنا قید سے رہائی کیلئے نافع ہے دشمنوں کے خوف کی وجہ سے گھر سے باہر نہ نکل سکتا ہو تو اس کو چار ہزار مرتبہ پڑھے۔ خواہ دن میں یا رات میں لیکن پڑھے ایک ہی مجلس میں درمیان میں بات چیت نہ کرے۔ انشاء اللہ دشمن سے خلاصی پائے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ صَلٰوۃً کَامِلَۃً وَّسَلِّمْ سَلَامًا تَامًّا عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلٰنَا مُحَمَّدِ نِ الَّذِیْ تَنْحَلُّ بِہِ الْعُقَدُ وَتَنْفَرِجُ بِہِ الْکُرَبُ وَتُقْضٰی بِہِ الْحَوَائِجُ وَتُنَالُ بِہِ الرَّغَآئِبُ وَحُسْنُ الْخَوَاتِمِ وَ یُسْتَسْقَی الْغَمَامُ بِوَجْھِہِ الْکَرِیْمِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ فِیْ کُلِّ لَمْحَۃٍ وَّنَفَسٍ بِعَدَدِ کُلِّ مَعْلُوْمٍ لَّکَ یَااَللّٰہُ

اگر کوئی چیز گم ہو جائے

یَااَللّٰہُ

اگر کسی شخص کی کوئی چیز گم ہو گئی ہو تو اسے چاہیے کہ رات سوتے وقت اس درود پاک کو گیارہ سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ خواب میں گم شدہ چیز کے بارے میں اشارہ ہو جائے گا۔ ایسے ہی اگر کوئی شخص کسی ویرانے میں یا غیر ممالک میں بے یار و مددگار ہو تو اسے چاہیے کہ اس درود پاک کو بعد نماز فجر گیارہ سو مرتبہ پڑھے تو انشاء اللہ پردہ غیب سے مشکل حل ہوگی۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلٰنَا مُحَمَّدٍ عَدَدَ مَا

ہر قسم کی بیماری سے نجات

کَانَ وَمَا یَکُوْنُ وَعَدَدَ مَا اَظْلَمَ عَلَیْہِ اللَّیْلُ وَاَضَآءَ عَلَیْہِ النَّھَارُ۔

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرم ﷺ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے اسکی بیماری کی صحت یابی کے لئے اللہ سے انتہائی عاجزی سے دعا کریں تو اللہ بحرمت رسول اکرم ﷺ دعا قبول فرمائیں گے۔

اگر کوئی اس درود پاک کا ورد ہر نماز کے بعد رکھے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا۔ اگر کسی حاکم یا کسی افسر کے پاس جائے گا تو وہ عزت کرے گا۔ درود شریف یہ ہے۔

بری عادت سے چھٹکارا پانے کیلئے

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی حَبِیْبِکَ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ۔

اگر کوئی شخص بری عادات اور گناہ و معصیت میں بری طرح پھنس جائے اور چھٹکارا پانے کی کوئی صورت نظر نہ آتی ہو تو اسے چاہیے کہ اس درود شریف کو روزانہ ۱۲۱ مرتبہ پڑھا کرے یا لکھ کر پلایا جائے یا تعویذ بنا کر دیا جائے انشاء اللہ بری عادات سے چھٹکارا مل جائے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

روزگار میں ترقی کیلئے

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِہٖ وَ صَحْبِہٖ وَسَلِّمْ تَسْلِیْمًا کَثِیْرًا طَیِّبًا مُّبَارَکًا فِیْہِ جَزِیْلًا دَائِمًا • بِدَوَامِ مُلْکِ اللّٰہِ

صاحب مطالع المرات فرماتے ہیں کہ اگر کوئی شخص اس درود پاک کو روزانہ گیارہ مرتبہ ورد کے طور پر پڑھا کرے تو اس کے روزگار میں دن بدن ترقی ہوگی۔ حاسدوں اور دشمنوں کے شر سے محفوظ

درود شریف کی فضیلت

میری بیٹی کا بڑا آپریشن تھا۔ ڈاکٹروں نے اس کی حالت دیکھ کر جواب دے دیا تھا۔ میں نے اس کے پاس جانا تھا جب میں گھر سے چلی تو میں نے درود شریف کا ورد جاری کر دیا دوران آپریشن بھی میں مسلسل درود شریف پڑھتی رہی اور اللہ سے دعا کرتی رہی۔ درود شریف کی برکت سے میری بیٹی اور اس کی بیٹی بالکل صحیح سلامت آپریشن تھیٹر سے باہر آگئیں۔ اللہ نے میری بیٹی کو درود شریف کی برکت سے نئی زندگی دی۔ وہ درود شریف یہ ہے:۔

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٍ

صَلَّی اللّٰہُ عَلَیْہِ وَآلِہٖ وَسَلَّمْ

(نذیر بیگم، بھلوال)

لاعلاج زخم کا علاج

السلام علیکم حکیم صاحب! میرے دوست کو ایک زخم تھا' بڑی مدت کا تھا اس سے ہر وقت خون رستا رہتا تھا۔

بڑے بڑے ڈاکٹروں کو چیک کروایا' انہوں نے آپریشن کا مشورہ دیا۔ عبقری میں ایک دفعہ چھپا تھا کہ جو وتر کی پہلی رکعت میں سورۃ نصر دوسری میں سورۃ الھب اور تیسری میں سورۃ اخلاص پڑھے اس کے زخم وغیرہ ٹھیک ہو جاتے ہیں۔ میرے دوست نے مجھے بتایا کہ میں نے باقاعدگی سے پڑھنا شروع کر دیا۔ آہستہ آہستہ میرے زخم سے خون رسنا ختم ہو گیا اور اب تقریباً وہ زخم ٹھیک ہو چکا ہے۔ **(عبداللہ، سرگودھا)**

مسافران آخرت

تسبیح خانے کے خادم محمد امتیاز کی خالہ اور پھوپھی۔ عبدالودود صاحب کی والدہ۔ سرفراز صاحب کی والدہ۔ قاری منیر صاحب کے سسر اور حکیم محمد اصغر سراج کے خالو قضائے الٰہی سے وفات پا گئے ہیں۔ **قارئین سے ایصال ثواب کی درخواست ہے۔**

کسی شکستہ دل کی دل جوئی کرنا

(داعیٔ اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

باپ نے بیٹے سے یہ واقعہ سنا تو اپنے چھوٹے بیٹے کو بلایا اور بولا زندگی میں ہم سے کوئی نیک کام نہیں ہوسکا اب جاؤ ٹیکسی کرا کے لاؤ میں کل تک گاؤں گاؤں جا کر ان کی برادری کا کوئی آدمی تیار نہ ہوا تو پھر تم دونوں کا نکاح ان کی لڑکیوں سے کردوں گا

بڑے بیٹے نے اپنے والد کو آ کر بتایا کہ ''غریب مزدور کی دونوں لڑکیوں کے سسرال والوں نے ایک روز قبل بارات لے کر آنے سے منع کر دیا۔ شادی کو ابھی دو روز باقی تھے کہ کسی حاسد رشتہ دار نے غریب مزدور کی دونوں لڑکیوں کے سسرال میں جا کر جھوٹ بولا کہ لڑکیاں دوسرے لڑکوں سے شادی کرنا چاہتی ہیں اور ان کی مرضی کے خلاف یہاں شادی کرنے پر خودسوزی کیلئے تیار ہیں۔ سسرال والوں نے ایک روز قبل بارات لے کر آنے سے منع کر دیا' غریب مزدور نے اب رشتہ داروں کو بلا لیا تھا' شادی کی سب تیاریاں کتنی مشکل سے کی تھیں' بے چارہ ہچکیوں سے رو رہا تھا۔

باپ نے بیٹے سے یہ واقعہ سنا تو اپنے چھوٹے بیٹے کو بلایا اور بولا زندگی میں ہم سے کوئی نیک کام نہیں ہوسکا اب جاؤ ٹیکسی کرا کے لاؤ میں کل تک گاؤں گاؤں جا کر ان کی برادری کو مناؤں گا اور اگر انکی برادری کا کوئی آدمی تیار نہ ہوا تو پھر تم دونوں کا نکاح ان کی لڑکیوں سے کردوں گا' بتاؤ تم دونوں تیار ہو' دونوں لڑکوں نے کہا اس کی عزت کیلئے ہم دونوں تیار ہیں' غریب بہشتی مزدور کے پاس جا کر اس نے اپنا ارادہ ظاہر کیا اور پورے دن کبھی اس گاؤں میں کبھی اس گاؤں میں' لوگوں کی خوشامد کرتا' رات بارہ بجے ایک بیوہ کے دو جوان بیٹوں کا پتہ لگا' جا کر ان کو اٹھایا ان کا گھر بنوانے' ان کی شادی کا سارا خرچ خود اٹھانے کا وعدہ کیا' دونوں لڑکے بہت نیک اور پڑھے لکھے تھے' لڑکیاں بھی قرآن اور بہشتی زیور پڑھی ہوئی اور نیک تھیں' پہلے رشتے ان کے جوڑ کے نہیں تھے' صبح گیارہ بجے اس مزدور کے گھر پہنچے' خوش خوش نکاح اور رخصتی ہوئی یہ سب تگ و دو کرنے والا گاؤں کا بہت بدنام سمجھا جانے والا ایک انسان تھا۔ بات بات پر گالیاں دینا' دین نماز روزہ سے دور' اس کو مسجد کے دروازہ تک لانا لوہے کے چنے چبانا تھا' ہر آدمی اس کی سخت مزاجی سے ڈرتا تھا' لوگوں کی نگاہ میں یہ بات نہ تھی کہ حکیم و خبیر خالق کائنات نے ایسے بدنام زمانہ انسان کے اندر بھی کیسے کیسے جوہر چھپا رکھے ہیں جو کام گاؤں کے بڑے صاحب خیر اور صاحب علم نہ کر سکے اس کو اس گئے گزرے سمجھے جانے والے انسان نے کر دکھایا۔

اس حقیر کو بار بار یہ خیال ہوتا ہے اور ایک بار اس سے پیشکش بھی کی تھی کہ زندگی میں جو بھی نیکیاں مجھ سے ہوئی ہیں وہ سب تم لے لو اور اپنا یہ کام مجھے دیدو اس حقیر کا گمان ہے کہ یہ کام اس نے بس ایک غریب پر ترس کھا کر اس کی عزت بچانے کیلئے کیا اس میں نام و نمود کا خیال اس کے فہم کی بات بھی نہ تھی۔ اللہ کو اس کی یہ نیکی ایسی پسند آئی کہ آج وہ پکا نمازی ہے جو تہجد گزار ہے اور شاید ہی اس کی کوئی جماعت چھوٹتی ہو۔ کسی مجبور بے بس کے کام آنا' کسی کا عیب چھپانا' کسی کی عزت بچانا' کسی شکستہ دل کی دل جوئی کرنا' بلاشبہ ایسی نیکیاں ہیں کہ قدر دان رب کائنات کے بازار میں ان کی کیا قیمت لگ جائے کوئی اندازہ نہیں کر سکتا۔

حضرت ابن عباسؓ ایک مرتبہ مسجد نبوی میں معتکف تھے' آپؓ کے پاس ایک آدمی آیا اور سلام کر کے بیٹھ گیا' حضرت ابن عباسؓ نے اس سے فرمایا کہ میں تمہیں غمزدہ اور پریشان دیکھ رہا ہوں کیا بات ہے' اس نے کہا: اے رسول اللہ ﷺ کے چچا کے بیٹے میں اس وقت پریشان ہوں کہ اس کا مجھ پر حق ہے اور نبی کریم ﷺ کے روضہ مبارک کی طرف اشارہ کر کے کہا کہ اس قبر اطہر والے کی عزت کی قسم میں اس حق کے ادا کرنے پر قادر نہیں' حضرت ابن عباسؓ نے فرمایا: اچھا کیا میں ان سے تیری سفارش کروں' انہوں نے عرض کیا جیسا آپ مناسب سمجھیں' ابن عباسؓ یہ سن کر جوتا پہن کر مسجد سے باہر تشریف لائے اس شخص نے عرض کیا کہ آپ اپنا اعتکاف بھول گئے' فرمایا بھولا نہیں ہوں بلکہ میں نے اس قبر اطہر والے ﷺ سے سنا ہے اور ابھی زمانہ کچھ زیادہ نہیں گزرا یہ لفظ کہتے ہوئے ابن عباسؓ کی آنکھوں سے آنسو بہنے لگے کہ حضور نبی کریم ﷺ فرما رہے تھے کہ جو شخص اپنے بھائی کے کسی کام میں چلے پھرے اور کوشش کرے اس کیلئے دس برس کے اعتکاف سے افضل ہے اور جو شخص ایک دن کا اعتکاف بھی اللہ کی رضا کے واسطے کرتا ہے تو حق تعالیٰ اس کے اور جہنم کے درمیان تین خندقیں آڑ فرما دیتے ہیں جن کی مسافت آسمان اور زمین کی درمیانی مسافت سے زیادہ چوڑی ہے۔ کاش اللہ کی رضا کی جستجو میں ہم لوگ کسی کے کام آنے کے مواقع تلاش کریں۔

(بقیہ: یادداشت لوٹ آئی عینک اتر گئی)

تیسری ترکیب: پاؤں کی ہتھیلیوں اور انگلیوں کے درمیان خلا کی خوب مالش کریں کیونکہ پاؤں کا نگاہ اور یادداشت سے اتنا گہرا تعلق ہے جتنا روح کا انسان سے۔ یہ عمل روزانہ صبح و شام نہایت اہتمام سے کریں کسی دن اور کسی وقت ناغہ نہ ہو۔ تین سے پانچ ماہ۔ **چوتھی ترکیب:** سوتے وقت آنکھوں میں سرمہ ضرور ڈالیں ہر آنکھ میں 3 سلائی' تین سے پانچ ماہ۔ **آخری ترکیب:** قرآن کی تلاوت کریں اور مسواک کریں یہ عمل نظر کو اتنا تیز کرتے ہیں کہ عقل حیران اور خود عمل کرنے والا حیران ہوتا ہے۔

قارئین! موصوف سے یہ تمام تراکیب سنیں اور پھر ڈائری میں خود دیکھا اور لکھا خواہش تھی کہ قارئین تک امانت ضرور پہنچاؤں۔ آج یہ امانت آپ تک قلم کے ذریعے پہنچا رہا ہوں۔ جب سے یہ ترکیب سنی زیادہ لوگوں کو تو نہیں بس تقریباً 28-30 آدمیوں کو بتایا ان میں سے میرے تجربے میں صرف 16-17 آدمی آئے جنہوں نے رزلٹ دیئے ان میں سے 11 آدمیوں کو فائدہ ہوا باقی حضرات کو یا تو بالکل نہیں یا کم۔ کم اس لیے کہ انہوں نے پوری ترکیب کی نہیں بالکل فائدہ نہیں ہوا اس لیے کہ انہوں نے اس کو چند روز کر کے چھوڑ دیا یا کوئی ترکیب کی اور کوئی نہ کی۔

آیئے قارئین! آپ کو اس کے چند واقعات سناؤں جو اس حقیقت کو آشکار کردیں گے یہ عمل کتنا بہترین ہے اور اس کو کرنے والوں نے کتنا اچھا رزلٹ پایا۔ ایک پروفیسر خاتون کو یہ لکھ کر دیا انہوں نے نہایت ذمہ داری سے تمام تراکیب پر عمل کیا۔ ان کا کہنا ہے کہ بغیر چشمے کے گھر میں چلنا پھرنا ہی مشکل تھا اب عالم یہ ہے کہ بغیر عینک پڑھ بھی سکتی ہوں ہاں صبر اور استقامت سے یہ عمل کرنا لازم ہے۔ ایک صاحب نہایت غریب موٹر سائیکل کی مرمت اور ٹائروں کو پنکچر لگاتے تھے انہیں یہ ترکیب بتائی بلکہ ایک صاحب حیثیت نے بادام شہد' الائچی والا نسخہ زیادہ مقدار میں انہیں بنا کر دیا۔ کہنے لگے کہ میں جوانی سے ٹائروں کو پنکچر لگا رہا ہوں مجھے پنکچر کا سوراخ نظر آجاتا تھا' پھر نگاہ کمزور ہوتی گئی اور عینک کے بغیر پنکچر نظر نہیں آتا تھا اب پنکچر کے سوراخ عینک کے بغیر ویسے نظر آتا ہے جیسے پہلے جوانی میں نظر آتا تھا۔ ایک بچے کو عینک لگی ہوئی تھی اس کی والدہ پریشان آخر کیا ترکیب کی جائے۔ آنکھوں کے کئی ڈاکٹر آزما چکی لیکن صحت سے مایوس ایک نوتیدگی پر بندہ طارق کا جانا ہوا ان کے والد نے پوچھا کہ اس بچے کا کیا حل ہوسکتا ہے کیونکہ ابھی اس کی عمر 7 سال ہے کہ اس کی نگاہ ساٹھ سال جیسی کمزور ہوگئی ہے۔ بچہ روتا ہے کہ مجھے فلاں چیز' فلاں شخص نظر نہیں آتا۔ آخر میں کیا کروں' پھر سکول میں بچے اس کا مذاق اڑاتے ہیں کوئی اندھا کہتا ہے' کوئی بابا' کوئی فقیر کہتا ہے' بچہ نفسیاتی بیمار ہوتا جا رہا ہے' روز بروز کمزور ہو رہا ہے' سکول جانے سے گھبراتا ہے اور بے چین ہوتا ہے۔ ان کی بات سننے کے بعد انہیں یہی نسخہ جات دیئے لیکن صبر اور اعتماد کے ساتھ آزمانے کا وعدہ لیا چونکہ تھکے ہوئے تھے اس لیے خوب جی لگا کر کیا جو انہیں عرض کیا اور نہایت اعتماد سے آہستہ آہستہ بچے کی نگاہ واپس لوٹتی گئی۔ آج بچے کی عینک اتر گئی اور بہترین یادداشت اور حافظہ لوٹ آیا ہے۔ **قارئین!** یہ چند واقعات آپ کی خدمت میں عینک اتارنے کیلئے لکھے ہیں اس سے کہیں زیادہ واقعات انہی تراکیب کو سو فیصد مستقل کچھ عرصہ آزمانے سے یادداشت حافظہ اور بہترین عقل اور شعور کیلئے حتیٰ کہ ایسے لوگ جو کسی چوٹ یا بیماری سے اپنا حافظہ کھو بیٹھے تھے انہیں بہت ہی زیادہ نفع ہوا کہ انہیں اپنا حافظہ اور یادداشت واپس مل گئی۔ ویسے اگر بڑے بچے یہ تمام عمل کرتے رہیں تو کبھی بھی حافظہ کمزور نہ ہوگا۔

(بقیہ: آہ! بیچارہ پائلٹ)

شروع ہوگئی مگر افسوس دو چار ٹماٹر ایک آدھ پیاز اور 5/6 عدد ہری مرچوں کے سوا اور کچھ بھی نہ تھا دوسرے خانے میں 3/4 عدد ڈبل روٹی کے پیس پڑے تھے۔ مجبوراً یہ چیزیں سمیٹیں اور اپنی بیٹھک کی طرف کوچ کیا۔ آہ! مجھے پائلٹ صاحب کا ایک نیا مگر روشن رخ نظر آیا۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

61

ماہنامہ عبقری ® لاہور

جولائی 2011ء بمطابق شعبان 1432ھ ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات

لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی



[illegible]

انشاء اللہ
حضرت حکیم صاحب کا شیڈول

احمد پور شرقیہ

16 اکتوبر بروز اتوار 2011ء (درس)

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ۞ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ۞ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ مفتی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 1 جلد نمبر 6 جولائی 2011ء بمطابق شعبان 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماھنامہ عبقری لاہور

جولائی 2011ء

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

عبقری اور حکیم صاحب سے فوری رابطہ کیلئے

الحمدللہ! دفتر ہذا میں عوام کی سہولت کیلئے آٹومیٹک ٹیلیفون ایکسچینج لگادی گئی ہے۔ ٹیلیفون نمبر ملانے کے بعد متعلقہ ایکسٹینشن نمبر ڈائل کریں۔ ایکسٹینشن نمبرز کی ترتیب یہ ہے:۔

1۔ تمام ایجنسی ہولڈرز اپنے معاملات کیلئے ایکسٹینشن نمبر 12 ڈائل کریں۔

2۔ حکیم صاحب سے ملاقات کا وقت حاصل کرنے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 13 ڈائل کریں۔

3۔ اپنا آرڈر بک کروانے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 15 ڈائل کریں۔

4۔ اپنے آرڈر سے متعلقہ شکایات کے سلسلے میں ایکسٹینشن نمبر 16 ڈائل کریں۔

5۔ مطلوبہ ایکسٹینشن مصروف ہونے کی صورت میں آپریٹر کا انتظار کریں۔

ٹیلی فون نمبرز: 042-37552384,37597605,37586453

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہوجائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہوجائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرسالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہاسال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر چیزیں بلٹی کرادیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ)

خط وکتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" "مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک' نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

دنیا و آخرت کی ہر خیر

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ حدیث قدسی میں اپنے رب کا ارشاد نقل کرتے ہیں ’’جب میرا بندہ مجھے یاد کرتا ہے اور اس کے ہونٹ میری یاد میں ہلتے رہتے ہیں تو میں اس کے ساتھ ہوتا ہوں۔ **(ابن ماجہ)**

حضرت عبداللہ بن بُسر رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ ایک صحابی نے عرض کیا ’’یارسول اللہ! احکام تو شریعت کے بہت سے ہیں (جن پر عمل کرنا تو ضروری ہے ہی لیکن) مجھے کوئی ایسا عمل بتا دیجئے جس کو میں اپنا معمول بنالوں۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ’’تمہاری زبان اللہ تعالیٰ کے ذکر سے ہر وقت تر رہے۔ **(ترمذی)**

حضرت ابودرداء رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا میں تم کو ایسا عمل نہ بتاؤں جو تمہارے اعمال میں سب سے بہتر ہو‘ تمہارے مالک کے نزدیک سب سے زیادہ پاکیزہ‘ تمہارے درجوں کو بہت زیادہ بلند کرنے والا‘ سونے چاندی کو اللہ تعالیٰ کے راستے میں خرچ کرنے سے بھی بہتر اور جہاد میں تم دشمنوں کو قتل کرو وہ تم کو قتل کریں اس سے بھی بڑھا ہوا ہو؟ صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا ضرور بتائیں! آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ’’وہ عمل اللہ تعالیٰ کا ذکر ہے۔‘‘ **(ترمذی)**

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ’’چار چیزیں ایسی ہیں جس کو وہ مل گئیں اس کو دنیا و آخرت کی ہر خیر مل گئی۔ شکر کرنے والا دل‘ ذکر کرنے والی زبان‘ مشقتوں پر صبر کرنے والا بدن اور ایسی بیوی جو نہ اپنے نفس میں خیانت کرے یعنی پاک دامن رہے اور نہ شوہر کے مال میں خیانت کرے۔ **(طبرانی‘ مجمع الزوائد)**

حضرت ابودرداء رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ کی طرف سے روزانہ دن رات بندوں پر احسان اور صدقہ رہتا ہے لیکن کوئی احسان کسی بندے پر اس سے بڑھ کر نہیں کہ اس کو اللہ تعالیٰ اپنے ذکر کی توفیق نصیب فرمادیں۔ **(طبرانی‘ مجمع الزوائد)**

حال دل

آج یکم مئی تھی اور آپ حضرات نے عبقری کے ٹائٹل پر پڑھا ہوگا کہ یکم مئی بروز اتوار سرگودھا میں درس ہے۔ سرراہ ایک صاحب کہنے لگے کہ میرا اینٹوں کے بھٹے کا کاروبار ہے وہاں دعا کرتے جائیں حسب معمول وہاں کے غریب مزدوروں کو اکٹھا کیا ان سے الفت و محبت کے کچھ بول بولے اللہ کی محبت کی طرف اور اس کے حبیب سرورکونین ﷺ کی طرف مائل کیا۔ کچھ ان کی خدمت کی‘ پھر میں نے ان سے پوچھا کہ بھٹے کے سلسلے میں کوئی واقعہ سناؤ جس میں اللہ کی قدرت کا اظہار رہا ہو۔ کہنے لگے ایک دفعہ ایسا ہوا کہ بھٹے میں آگ لگائی تو آگ آگے چلتی ہی نہیں تھی جبکہ بھٹے کا اصول ہے کہ اس میں آگ آگے چلتی ہے اینٹوں کو جلاتے ہوئے لیکن پتھری کوئلہ جو خود ایک بارود ہوتا ہے اور لکڑیاں بھی جلائیں بہت سے حیلے کیے‘ کاریگر بدل کر دوسرا لے آئے کہ شاید اس کو آگ لگانے اور جلانے کا سلیقہ نہیں آتا اس کے باوجود کچھ بھی فائدہ نہ ہوا۔ آگ تھی کہ آگے چلنے کا نام ہی نہیں لیتی تھی جو کچھ بھی ڈالتے تھے سب راکھ ہوجاتا تھا‘ ہزاروں روپے کا نقصان مسلسل ہو رہا تھا۔ قدرت کی ایک طاقت تھی جس نے اس آگ کو روکا ہوا تھا۔ آگ خالق تو نہیں مخلوق ہے خالق جس وقت چاہے مخلوق کی طاقت کو ختم کردے۔ بالکل یہی حال یہاں ہوا وہ مزدور واقعہ سنا رہا تھا اور میں حیرت سے اس کا منہ دیکھ رہا تھا میں نے اس کو مزید کریدا پھر کیا ہوا؟ کہنے لگا بلی تھی اور اس کے بچے تھے جن کی وجہ سے آگ آگے نہیں جارہی تھی اور پھر بلی اور بچے جب نکلے تو آگ نے اپنا سفر شروع کیا۔ یہ آگ کا سفر بلی اور اس کے بچوں کو بچانے کیلئے رک گیا تھا۔

وہ یہ سمجھے کہ شاید کسی نے جادو کردیا ہے اس کیلئے لوگوں سے بہت عمل بھی کروائے‘ پھر کاریگر بدلے‘ بہت سی تدابیر بھی کیں لیکن سب تدابیر ناکام ہوئیں اور اللہ کریم نے بلی اور اس کے بچوں کو بچا کر دکھایا۔

قارئین! یہ ایک واقعہ ہے اس واقعہ سے جو بات ہمیں ملتی ہے وہ یہ ہے کہ جانور کی خدمت اور اس کی حفاظت آگ سے بچاتی ہے۔ جانور کی اللہ جل شانہٗ نے آگ سے حفاظت کی اور جو جانور کی خدمت کرے گا اللہ پاک اس کی آگ سے حفاظت فرمائیں گے اور اس سے مراد صرف دنیاوی آگ نہیں وہ افلاس کی آگ ہو‘ غربت کی آگ ہو‘ تنگدستی کی آگ ہو‘ پریشانیوں کی آگ ہو‘ بیماری کی آگ ہو‘ عذاب کی آگ ہو‘ جادو جنات کی ہو یا وہ حقیقی آگ ہو یہ ایک اٹل حقیقت ہے۔ بلی کی خدمت یا کسی ایسے معصوم جانور کی خدمت اور صرف اللہ کی رضا کیلئے وہ دنیا اور آخرت کی آگ سے بچاتی ہے۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ایک صحابی رضی اللہ عنہ نے عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ غربت اور فقر و فاقہ بہت زیادہ ہے سرور کونین ﷺ نے فرمایا مفہوم ہے "جب گھر میں داخل ہوا کرو سلام کیا کرو درود شریف اور سورۂ اخلاص پڑھا کرو" ان صحابی نے یہ عمل شروع کر دیا۔اس کے کچھ ہی عرصے کے بعد عرض کیا: یا رسول اللہ ﷺ! اللہ پاک جل شانہٗ نے بہت عطا کر دیا ہے۔ برکت اور وسعت کے دروازے کھل گئے ہیں۔

نوک پلک سنواریئے، برکت کے لیے: ہم برکت والے اعمال کو دیکھیں! تاجر ہر چیز کی نوک پلک سنوارتا ہے کہ میرے مال میں زیادہ سے زیادہ کثرت ہو، زمیندار زمین کے ایک ایک گوشے کو دیکھتا ہے کہ ہموار ہے پانی چڑھے گا کہ نہیں چڑھے گا اور ہل کتنا گہرا جا رہا ہے جتنا گہرا ہل جائے گا اتنی ہی فصل زیادہ ہو گی۔

مجھ سے ایک زمیندار نے کہا: میں ہل کے اوپر بیٹھتا ہوں اور دیکھتا ہوں کہ ہل کتنا گہرا جا رہا ہے کوئی شعبہ ایسا نہیں چھوڑتا (زمیندار، تاجر، صنعتکار اسباب کا) کہ جس سے اس کے کام میں کوئی رکاوٹ ہو یا مال میں کہیں کمی ہو جائے۔

سلام کا رواج برکت کا ذریعہ: گھر میں سلام کو عام کرنا رواج ہی نہیں رہا۔مجھ سے ایک صاحب کہنے لگے: میں نے گھر میں سلام کے بارے میں سنا، میں نے گھر میں جا کر سلام کرنا شروع کر دیا میری بیوی کہنے لگی: ادھر سے آتا ہے، اُدھر سے آتا ہے سلام کرتا ہے کیا سر کھایا ہوا ہے تو نے؟۔

حدیث کے الفاظ ہیں سرور کونین ﷺ نے فرمایا: "جو گھروں میں سلام کو عام کرتے ہیں شیطان کہتا ہے: اب اس گھر میں نہ قیام ہے، نہ طعام ہے"۔

گھروں کے جھگڑے، ناچاقیاں، آپس کی محبتوں کا ختم ہونا شیطان کے فتنہ وفساد سے ہے اور عورتیں، مرد گھروں میں سلام کو عام کریں۔عورتوں میں رواج نہیں رہا کہ سلام کہنا چاہئے کہ نہیں کہنا چاہئے۔

ہمارے علاقے میں کچھ لوگ رہتے ہیں ان کا شاہی خاندان ہے وہاں عورتوں میں ہے کہ جب کوئی مرد گھر کے اندر آئے تو عورت سلام کرے۔صحابہ کرامؓ میں سلام کا بہت زیادہ رواج تھا۔ عورتیں بھی سلام کریں مرد بھی سلام کریں یہ برکت والا عمل ہے۔

ایک مجذوب کی نصیحت: ایک مجذوب کے پاس بیٹھا تھا بڑی عجیب بات کہی کہنے لگے: سلام کرتے رہو! کوئی ایسی گھڑی ہوتی ہے جو قبولیت کی گھڑی ہوتی ہے تم کہو گے "السلام علیکم" کہ اللہ تم پر سلامتی بھیجے وہ کہے گا" وعلیکم السلام ورحمۃ اللہ و برکاتہ" تو وہ گھڑی کوئی ایسی قبولیت کی ہو گی تمہارے لئے رحمتیں برکتیں اور سلامتیاں واجب ہو جائیں گی اور جس کے لئے رحمتیں برکتیں اور سلامتیاں واجب ہو گئیں۔تو اللہ پاک اس کو ہر قسم کی پریشانیوں سے بچائے گا، اس کو غموں سے بچائے گا اور اس کو تکلیفوں سے بچائے گا، مشکلات سے اللہ اسے بچائے گا جس کو اللہ پاک نے سلامتی دے دی اس کو تکلیف کیسے آسکتی ہے؟ یہ برکت والا عمل ہے۔

سنتیں برکتوں کا خزانہ: اجنبیوں کو سلام کریں، اپنوں کو سلام کریں، گھروں میں سلام کا رواج ڈالیں، خدا حافظ اللہ حافظ سے کہیں زیادہ سلام کرنے میں برکت ہے۔

میرے دوستو! یاد رکھنا! خدا حافظ لفظ ٹھیک ہے، لیکن میرے آقا سرور کونین ﷺ کے منہ مبارک سے نہیں نکلا۔یاد رکھئے گا! جو میرے آقا ﷺ کے الفاظ میں برکت ہے اور کسی لفظ میں برکت ہو نہیں سکتی۔اس لئے کہتے ہیں کہ سارے وظیفے مبارک ہیں لیکن جو مسنون وظیفے ہیں ان کی جو برکت ہے وہ اور کسی میں نہیں ہو سکتی۔کیوں؟ میرے آقا سرور کونین ﷺ نے جو الفاظ مبارک ادا کئے ان کی برکات ہیں وہ برکت کسی چیز میں نہیں ہو سکتی برکت والے اعمال کی جستجو کریں کہ برکت والے اعمال کونسے ہیں گھروں میں سلام کو عام کریں۔

حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ کی توبہ اور بوڑھی ولیہ

حضرت جنید بغدادی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں ایک گھر میں (توبہ کی زندگی سے پہلے کی بات ہے) چوری کرنے گیا وہاں ایک بڑھیا خاتون تھی۔رات کے آخری پہر تنہائیوں میں اپنے رب کے ساتھ راز و نیاز کر رہی تھی۔(گھر میں کچھ ہوتا تو چوری کرتا بڑھیا نے سلام پھیرا جب سلام پھیرا تو ایک جگہ عجیب کیفیت ملی کہ ان کی دعا کی برکت سے اللہ نے جنید کو جو شاہی پہلوان تھے اور کچھ اور بھی سلسلہ تھا اللہ نے اُس شخص کو زندگی کا ایک اور طریقہ عطا کیا کہ یہ شیخ المشائخ اہل اللہ کے مرشد بن گئے ولیوں کے مرشد بن گئے) خاتون نے پوچھا کون ہے؟ کہا چور ہوں تیرا گھر ہی خالی ہے کچھ ہے ہی نہیں، میں تو کچھ لینے آیا تھا۔

اس نے کہا میرے گھر میں کچھ ہے، ٹھہر جا! خالی نہیں ہے۔ وہ کہنے لگے: کہاں ہے؟ مجھے تو کچھ نظر نہیں آ رہا۔کہنے لگی وضو کر کے آ میرے پاس۔وہ وضو کر کے گئے ان سے کہا مصلّے پر چڑھ کے دو نفل پڑھ لے ذرا۔ان کو دو نفل کیلئے کھڑا کیا پیچھے سے دعا کرنے لگی اے اللہ! میرا گھر خالی تیرا گھر بھرا ہوا اے اللہ! میرے گھر سے خالی گیا تو کوئی بات نہیں۔تیرے گھر سے خالی گیا تو لوگ کیا کہیں گے۔اور جب اس شخص نے سلام پھیرا اللہ کا قرب حاصل ہو گیا تھا اور اللہ پاک نے اپنے دوستوں میں شامل کر لیا تھا۔

گھروں کی ویرانی کا سبب: میرے محترم دوستو! میرے لفظوں کو آپ حقائق کی دنیا میں سمجھیں، غور سے، توجہ سے، گھروں میں، برکتوں والے اعمال کو رواج دیں۔مجھے ایک چیز بتائیں آبادی انسانوں سے ہوتی ہے یا گھر میں قمقمے ہوں، کارپٹ ہوں، اے سی ہوں، بہترین عمارت ہو، سامان عیش وعشرت ہو، سامان آسائش وزیبائش ہو، لیکن گھروں میں اگر انسان نہ ہوں لوگ کہیں گے ویران گھر ہے۔**(جاری ہے)**

درس سے پانے والے

السلام علیکم محترم حکیم صاحب! میری خوش قسمتی تھی کہ ایک اللہ والے کے ذریعے سے آپ تک رسائی ہوئی۔میں مالک کا جتنا شکر ادا کروں کم ہے کیونکہ میں خود محسوس کرتا ہوں کہ میرے اندر تبدیلی واقع ہو رہی ہے۔میں درس میں آتا ہوں تو بہت پریشان ہوتا ہوں لیکن درس سنتے ہوئے میری پریشانیاں راحت میں تبدیل ہو جاتی ہیں میں اس نتیجہ پر پہنچا ہوں کہ تسبیح خانے پر اللہ تعالیٰ کی ہر وقت رحمتیں برستی رہتی ہیں اُس کا یہاں خاص دھیان ہے کہ دکھی لوگ آتے ہیں اور سکھی ہو کر جاتے ہیں۔سب سے پہلے درس کا فائدہ یہ ہوا کہ آنکھوں میں حیاء آگئی غیر عورت پر اب میری پہلی نگاہ بھی نہیں پڑتی۔اب مجھے حلال حرام کی تمیز ہو گئی ہے۔آپ نے درس میں درود شریف کے فوائد بتائے تھے میں اب تقریباً 5000 ہزار مرتبہ روزانہ درود پڑھتا ہوں جس کی وجہ سے پہلے میری معاشرے میں عزت نہیں تھی اب ہر بندہ میری عزت کرتا ہے۔اللہ تعالیٰ آپ کا سایہ ہمارے سروں پر قائم رکھے۔(آمین) **(سعید احمد اعوان، لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

حضرت علیؓ کے حکیمانہ راز اور اقوال

محمد اویس، لاہور

> 'اللہ کی قسم! ایسے نہیں ہو سکے گا کہ میرے پاس تمہارا کوئی کام پیش ہو اور میرے علاوہ کوئی اور اس کام کو کرے اور نہ ہی ایسے ہو سکے گا کہ تمہارا کوئی کام میری غیر موجودگی سے تعلق رکھتا ہو اور میں اس کی کفایت کرنے اور اس کے بارے میں ایمانداری اختیار کرنے میں کوتاہی کروں

راہ عزت ورفعت

جب حضرت ابوعبیدہ بن جراح رضی اللہ عنہ ملک شام میں تھے' حضرت عمر رضی اللہ عنہ وہاں تشریف لائے۔حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے ساتھ اور صحابہؓ بھی چل رہے تھے' چلتے چلتے راستہ میں پانی کا ایک گھاٹ آ گیا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ اپنی اونٹنی پر سوار تھے' وہ اونٹنی سے نیچے اترے اور موزے اتار کر اپنے کندھے پر رکھ لیے اور اپنی اونٹنی کی نکیل پکڑ کر اس گھاٹ میں سے گزرنے لگے۔

حضرت ابوعبیدہؓ نے یہ صورتحال دیکھ کر عرض کیا ''اے امیر المومنین! آپ یہ کیا کر رہے ہیں کہ موزے اتار کر کندھے پر رکھ لیے ہیں اور اونٹنی کی نکیل پکڑ کر اس گھاٹ میں سے گزرنے لگے ہیں؟ مجھے اس بات سے بالکل خوشی نہیں ہوگی کہ اس شہر والے آپ کو اس حالت میں دیکھیں''

حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ کی اس بات کو سن کر فرمایا افسوس! ابوعبیدہ (رضی اللہ عنہ) اگر آپ کے علاوہ کوئی اور یہ بات کہتا تو میں اسے ایسی سخت سزا دیتا جس سے حضرت محمد ﷺ کی ساری امت کو عبرت ہوتی ہم تو سب سے زیادہ ذلیل قوم تھے' اللہ تعالیٰ نے ہمیں اسلام کے ذریعہ عزت عطا فرمائی' اب جس اسلام کے ذریعہ اللہ نے ہمیں عزت عطا فرمائی ہے ہم جب بھی اس کے علاوہ کسی اور چیز سے عزت حاصل کرنا چاہیں گے تو اللہ تعالیٰ ہمیں ذلیل کر دیں گے۔

تین باتیں

ایک مرتبہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے فرمایا ''اے ابوالحسن! کئی مرتبہ آپ حضور ﷺ کی مجلس میں موجود ہوتے تھے اور ہم غائب ہوتے تھے اور کبھی ہم موجود ہوتے تھے اور آپ غیر حاضر' تین باتیں میں آپ سے پوچھنا چاہتا ہوں کیا وہ آپ کو معلوم ہیں؟''

''وہ تین باتیں کیا ہیں؟'' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے دریافت کیا۔

''ایک آدمی کو ایک سے محبت ہوتی ہے حالانکہ اس نے اس میں کوئی خیر کی بات نہیں دیکھی ہوتی اور ایک آدمی کو ایک سے دوری ہوتی ہے حالانکہ اس نے اس میں کوئی بری بات نہیں دیکھی ہوتی' اس کی کیا وجہ ہے؟'' حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا یہ سوال سن کر حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فرمایا: ''ہاں! اس کا جواب مجھے معلوم ہے' حضور اقدس ﷺ نے فرمایا ہے کہ انسانوں کی روحیں ازل میں ایک جگہ اکٹھی رکھی ہوئی تھیں' وہاں وہ ایک دوسرے کے قریب آ کر دوسرے سے ملتی رہیں جن میں وہاں آپس کا تعارف ہو گیا ان میں یہاں دنیا میں الفت ہو جاتی ہے اور جن میں وہاں اجنبیت رہی وہ یہاں دنیا میں ایک دوسرے سے الگ رہتے ہیں۔''

یہ جواب سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''ایک بات کا جواب مل گیا' دوسری بات یہ ہے کہ آدمی کوئی بات بیان کرتا ہے کبھی اسے بھول جاتا ہے' کبھی یاد آ جاتی ہے' اس کی کیا وجہ ہے؟''

حضرت علی رضی اللہ عنہ نے اس سوال کے جواب میں ارشاد فرمایا: ''میں نے حضور ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا کہ جیسے چاند کا بادل ہوتا ہے ایسے دل کا بھی بادل ہے چاند خوب چمک رہا ہوتا ہے تو بادل اس کے سامنے آ جاتا ہے اور اندھیرا ہو جاتا ہے اور جب بادل چھٹ جاتا ہے چاند پھر چمکنے لگتا ہے ایسے ہی آدمی ایک بات بیان کرتا ہے وہ بادل اس پر چھا جاتا ہے تو وہ بات بھول جاتا ہے اور جب اس سے وہ بادل ہٹ جاتا ہے تو اسے وہ بات یاد آ جاتی ہے۔

دو باتوں کا جواب مل گیا' تیسری بات یہ ہے کہ آدمی خواب دیکھتا ہے تو کوئی خواب سچا ہوتا ہے کوئی جھوٹا ہے' اس کی کیا وجہ ہے؟'' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے دریافت فرمایا۔

حضرت علی رضی اللہ عنہ نے فرمایا جی ہاں! اس کا جواب بھی مجھے معلوم ہے میں نے حضور ﷺ کو یہ فرماتے ہوئے سنا کہ جب انسان گہری نیند سو جاتا ہے تو اس کی روح کو عرش تک چڑھا لیا جاتا ہے جو روح عرش پر پہنچ کر جاگتی ہے اس کا خواب تو سچا ہوتا ہے اور جو اس سے پہلے جاگ جاتی ہے اس کا خواب جھوٹا ہوتا ہے۔''

اپنے تینوں سوالوں کے جوابات سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''میں ان تین باتوں کی تلاش میں ایک عرصہ سے لگا ہوا تھا اللہ کا شکر ہے کہ میں نے مرنے سے پہلے ان کو پا لیا۔''

حضرت عمرؓ کا اصول خلافت

حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کی وفات کے بعد ان کی تدفین سے فارغ ہو کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے قبر مبارک کی مٹی ہاتھوں سے جھاڑی' پھر اسی جگہ کھڑے ہو کر بیان کیا اور اس میں فرمایا: ''اللہ تعالیٰ تمہارے ذریعہ سے مجھے اور میرے ذریعہ سے تمہیں آزمائیں گے اور اللہ تعالیٰ نے مجھے میرے دو حضرات (رسول پاک ﷺ اور حضرت ابوبکر صدیقؓ) کے بعد آپ لوگوں میں باقی رکھا ہے' اللہ کی قسم! ایسے نہیں ہو سکے گا کہ میرے پاس تمہارا کوئی کام پیش ہو اور میرے علاوہ کوئی اور اس کام کو کرے اور نہ ہی ایسے ہو سکے گا کہ تمہارا کوئی کام میری غیر موجودگی سے تعلق رکھتا ہو اور میں اس کی کفایت کرنے اور اس کے بارے میں ایمانداری اختیار کرنے میں کوتاہی کروں' اگر لوگ اچھے عمل کریں گے تو میں ان کے ساتھ اچھا سلوک کروں گا اور اگر برے عمل کریں گے تو میں انہیں عبرتناک سزا دوں گا۔''

اس واقعہ کو نقل کرنے والے تابعی حضرت حمید بن بلال رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں کہ اللہ کی قسم! حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے دنیا سے جانے تک پہلے دن کے بیان کردہ اپنے اس اصول کے خلاف نہ کیا' ہمیشہ اسی پر قائم رہے۔

شوق نماز

جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو نیزہ مارا گیا تو ان پر غشی طاری ہونے لگی' کسی نے کہا ''اگر یہ زندہ ہیں تو پھر یہ نماز کے نام سے جتنی جلدی گھبرا کر اٹھیں گے اتنی جلدی اور کسی چیز کے نام سے نہیں اٹھیں گے'' لہٰذا کسی نے کہا ''امیر المومنین! نماز ہو چکی ہے'' اس پر حضرت عمر رضی اللہ عنہ ہوش میں آ گئے اور فرمایا ''نماز! اللہ کی قسم! جس نے نماز چھوڑ دی اس کا اسلام میں کوئی حصہ نہیں۔

سیدہ نزہت رضا

اپنے بچوں کیساتھ تعلق بہتر کیجئے

اگر بچہ کوئی غلط حرکت کرتا ہے تو اسے سخت سزا دینے کی بجائے پیار سے سمجھائیں تاکہ اسے غلط اور صحیح میں تفریق کرنا آسان ہوجائے۔ علاوہ ازیں خود کوئی ایسی بات نہ کہیں جو بچے کو غلط راہ اختیار کرنے پر اکسائے۔

بچوں کیلئے والدین کا پیار ان کی محبت اور شفقت بہت اہمیت رکھتی ہے۔ یہ بچوں کی پرورش کا بہترین حصہ ہے جو والدین اور بچوں کے رشتے کو مضبوط بناتا ہے اور انہیں ایک دوسرے کے بہت قریب لے آتا ہے۔ خاص طور پر نومولود یا شیرخوار بچے کا اپنی ماں کے ساتھ بندھن بہت مضبوط ہوتا ہے جو جذباتی رشتہ قائم کرنے کا باعث بنتا ہے۔ اسی طرح جب بچہ آہستہ آہستہ بڑھنا شروع کرتا ہے تو اس رشتے میں مزید ترقی کا عمل بھی شروع ہوجاتا ہے کیونکہ ماں کی شفقت ان کے رشتے کی مضبوطی کے راستے ہموار کرتی ہے اس محبت اور شفقت کی بہتری کے عمل کے کچھ مراحل جن کا ذکر نیچے دیا جارہا ہے۔

پیدائش کے بعد تقریباً آٹھ ہفتوں کے اندر اندر بچہ اپنی ماں کی پہچان کرلیتا ہے اور اس کی حرکات وسکنات غور سے دیکھتا ہے۔ وہ اپنی آنکھوں کے ذریعے اپنی پہچان ظاہر کرتا ہے اور جس وقت اور جس سمت سے ماں کی آواز سنائی دیتی ہے وہ اس طرف دیکھتا ہے اس عرصہ کے دوران وہ صرف اپنی ماں سے لگاؤ رکھتا ہے لیکن 8 ہفتوں کے بعد سے لے کر چھ مہینے کے عرصے تک بچہ اپنے اردگرد کے لوگوں سے مانوس ہونا شروع ہوجاتا ہے۔

سائیکالوجسٹس کا کہنا ہے کہ نومولود بچے کا رجحان اپنی ماں کی طرف زیادہ ہوتا ہے جس کا اندازہ چھ سے آٹھ مہینے کے عرصے میں باآسانی لگایا جاسکتا ہے۔ بچہ آہستہ آہستہ اجنبی رشتوں اور قریبی رشتوں کو سمجھنے لگتا ہے اور جب اسے اپنی ماں سے علیحدہ کرکے کسی اجنبی کو دیا جائے تو وہ خوفزدہ ہوجاتا ہے یہ خوف ماں سے جذباتی لگاؤ کی بدولت پیدا ہوتا ہے۔

چھ سے آٹھ مہینے کی عمر کو پہنچ کر بچہ قدرتی طور پر بہتری کے عمل سے گزرتا ہے اور رینگنا شروع کردیتا ہے۔ ابتداء میں اگر بچہ گر جاتا ہے لیکن بعد میں اسے ماں کے اٹھانے کی ضرورت نہیں رہتی۔ درحقیقت بچے رینگتے ہوئے اپنی ماں تک پہنچنے کی کوشش کرتے ہیں۔ ابتداء میں بچہ اپنی ماں کی جانب قدرتی طور پر مائل ہوتا ہے جو ماں سے محبت کا خالصتاً جذبہ ہے۔ نفسیات کے ماہرین کے نزدیک جو بچے اپنی ماں کے زیادہ قریب ہوتے ہیں ان کی ذہنی صلاحیت عام بچوں کی نسبت قابل ستائش ہوتی ہے کیونکہ ان بچوں میں بہت سی مثبت خوبیاں پیدا ہوجاتی ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ان بچوں کو جذباتی اور معاشرتی مسائل کا بہت کم سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ماں کے ساتھ جذباتی لگاؤ انہیں دوسروں سے تعاون کرنے' زندگی میں پیش آنے والی مشکلات پر قابو پانے کا ہنر سکھانے اور دوسروں سے گھل مل جانا سکھاتا ہے۔ انسانی زندگی میں رشتوں کی اہمیت اجاگر کرنے میں ماں سے بچے کا مضبوط رشتہ نمایاں کردار ادا کرتا ہے۔

کیا آپ اپنے بچوں کے زیادہ قریب ہیں؟

بہت سے والدین اس بات سے پریشان ہوجاتے ہیں کہ ہمارا بچہ ہمارے کتنا قریب ہے؟ اور اکثر وہ اپنے رشتے کی مضبوطی کیلئے بھی پریشان حال نظر آتے ہیں۔ ایسے والدین کے لیے ذیل میں کچھ سوالات دیئے جارہے ہیں جو آپ کو یہ ثبوت دیں گے کہ آپ کا اپنے بچوں کے ساتھ کتنا مضبوط رشتہ ہے۔

☆ کیا آپ کا بچہ روزانہ آپ کو دیکھ کر خوشی کا اظہار کرتا ہے؟

☆ جب آپ کام سے واپس گھر آتے ہیں تو آپ کا بچہ دوڑ کر آپ سے ملنے آتا ہے؟

☆ کیا آپ کا بچہ اپنی پسندیدہ چیزیں آپ کو دکھانے کی کوشش کرتا ہے؟

☆ بچہ آپ کو پورے دن کی روداد سنانے کی کوشش کرتا ہے اور اپنے احساسات آپ پر ظاہر کرتا ہے جب وہ کسی مشکل میں ہو یا خود کو غیر محفوظ سمجھتا ہو تو کیا وہ آپ کی آغوش کا سہارا لیتا ہے؟

☆ کیا آپ کا بچہ روزانہ آپ کے آفس فون کرتا ہے؟

☆ کیا آپ کا بچہ روزانہ آپ کے ساتھ وقت گزارنے کی خواہش کرتا ہے؟

☆ جب بچہ بڑا ہوجاتا ہے تو کیا وہ اپنی زندگی کا ہر لمحہ آپ سے شیئر کررہا ہے؟

☆ کیا بچہ آپ کی ہر بات یقین کے ساتھ مان لیتا ہے؟

اوپر دیئے گئے سوالات کے جوابات سے آپ کو اندازہ ہوجائے گا کہ آپ اپنے بچے کو کتنا اور کس حد تک جانتے ہیں۔ بچوں کیلئے والدین کی شخصیت ایک ماڈل جیسی ہوتی ہے اور وہ تمام عمر ان سے سیکھنے کے عمل میں رہتے ہیں وہ ان کی حرکات و سکنات ان کا رہن سہن سب کچھ دیکھتے ہیں آہستہ آہستہ ان کی زندگی کا دائرہ کار بھی اپنے والدین کی شخصیت بن جاتی ہے۔ والدین اور بچوں کے درمیان فاصلے جتنے کم ہوں گے ان کا رشتہ اتنا ہی گہرا اور مضبوط ہوتا جائیگا۔ ایسا تب ہی ممکن ہوتا ہے جب دونوں اطراف میں ایک جیسے جذبات جنم لیں اور ان کا آپس میں زیادہ سے زیادہ رابطہ قائم ہو۔ اس رشتے کی مضبوطی کیلئے مندرجہ ذیل باتوں کو ترجیحی بنیادوں پر اپنانا چاہیے۔

☆ بچوں کی روزمرہ مصروفیت میں دلچسپی لیں۔ ☆ بچوں کی عادتیں بہتر کرنے کیلئے ان میں انسانیت کی اہمیت اجاگر کریں اور اچھی عادت اپنانے پر اکسائیں۔ ☆ بچوں کی ہر بات دھیان سے سنیں تاکہ انہیں اپنی اہمیت کا اندازہ ہوسکے۔ ☆ اپنے بچوں کے ساتھ کم از کم 30 منٹ ضرور گزاریں جس سے آپ کے رشتے کی مضبوطی جڑی ہوئی ہے۔ ☆ اگر آپ کا بچہ کوئی اچھی بات یا قابل ستائش کام کرتا ہے تو اسے ضرور تعریفی کلمات سے نوازیں۔ کیونکہ ایسا کرنے سے بچے میں حوصلہ پیدا ہوگا اور وہ خود اعتمادی سے زندگی میں آگے بڑھنے کی کوشش کرے گا۔ والدین کی حوصلہ افزائی بچے کی زندگی میں خوشیاں لانے کا موجب بنتی ہے۔ ☆ اگر بچہ کوئی غلط حرکت کرتا ہے تو اسے سخت سزا دینے کی بجائے پیار سے سمجھائیں تاکہ اسے غلط اور صحیح میں تفریق کرنا آسان ہوجائے۔ علاوہ ازیں خود کوئی ایسی بات نہ کہیں جو بچے کو غلط راہ اختیار کرنے پر اکسائے۔ ☆ بچوں کا کردار اور رویہ اپنے والدین کے کردار کی عکاسی کرتا ہے لہٰذا بچوں کے سامنے مہذبانہ اور نرم رویہ اختیار کریں۔ ☆ بچوں پر کبھی بھی رعب نہ ڈالیں اس سے وہ احساس کمتری کا شکار ہوجاتے ہیں اور نہ ہی ان کے ساتھ زبردستی کریں بلکہ ان کے موڈ کے مطابق ان کی خوشی میں شرکت کریں۔ ☆ بچوں میں احساس شرکت کو فروغ دیں تاکہ وہ زندگی میں مقابلہ بازی کا صحیح اندازہ کرسکیں اور اپنی سکول یا کالج لائف میں مختلف مقابلوں میں شرکت کرسکیں۔

اگر آپ اپنے بچوں کی پرورش میں ان تمام باتوں کو مدنظر رکھیں گے تو بچوں کی آنے والی زندگی پرسکون ہوسکتی ہے۔ ساتھ ہی آپ کے اپنے بچوں کے ساتھ تعلقات بھی مضبوط سے مضبوط تر ہوجائیں گے۔

میاں بیوی میں اتفاق کیلئے

اگر میاں بیوی میں نااتفاقی ہو عورت چاہے کہ میاں سے اتفاق ہو یا مرد چاہے کہ بیوی سے اتفاق ہوجائے تو 1001 مرتبہ کسی کھانے کی چیز پر پڑھ کر دم کرکے بدمزاجی کرنیوالے کو کھلا دیا جائے تو انشاءاللہ فوراً اتفاق اور محبت پیدا ہوگی۔ **(شاہدہ پروین لاہور)**

مایوس بیماریوں کیلئے یہ عمل ضرور کریں

میں نے شہادت کی انگلی سے کلمہ طیبہ اس ٹانگ پر لکھ دیا پھر میں نے کہا بتائیں اب درد ہے تو انہوں نے کہا ابھی ویسا ہی درد ہے۔ میں نے پھر دوسری بار لکھا' پھر تیسری بار لکھا پھر پوچھا تو وہ بابا جی یعنی 50 سالہ بوڑھے بہت خوش تھے اور کہا کہ درد ختم ہوگیا

میرے والد صاحب کی طبیعت بہت خراب تھی' انہیں شدید بخار تھا۔ انہوں نے مجھے بلایا اور کہا کہ شہر میں چلے جاؤ وہاں ایک عورت رہتی ہے جو تعویذات وغیرہ دیتی ہے' اس سے تعویذ لے کر آؤ۔ میرے باپ نے مجھے 20 روپے بھی دیئے کہ اس کو دے دینا۔

مجھے زندگی میں جو بھی مسئلہ درپیش ہوا ہے میں نے اس کا حل قرآن میں ہی تلاش کیا ہے۔ اس حوالے سے میں اکثر علماء کرام کی کتب کا بھی مطالعہ کرتا رہتا ہوں۔

میں نے خالہ کے گھر جا کر سفید کاغذ لے کر اس پر سورۂ فاتحہ پوری لکھی اور اس کاغذ پر سات مرتبہ پڑھ کر دم بھی کیا۔ پھر اس کو تعویذ کی طرح بند کر کے ابو کو جا کر دے دیا اور کہا کہ اس عورت نے کہا ہے کہ اس کو پانی میں گھول کر پی لیں اور وہ 20 روپے میں نے اپنی جیب میں رکھ لیے۔ اللہ تعالیٰ کے حکم سے شام تک میرے ابو بالکل تندرست ہو گئے۔

ایک دفعہ ایسا ہوا کہ میرے ماموں کے گھر بچی پیدا ہوئی۔ پیدا ہوتے ہی وہ بیمار تھی۔ بہت سے ڈاکٹروں اور عاملوں سے اس کا علاج کرواتے رہے مگر مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ اس کا جسم مسلسل سوکھ رہا تھا' کافی پریشان تھے۔ میں ایک دن اپنے ماموں کے گھر گیا تو دیکھا کہ بچی سوکھ سوکھ کر ہڈیوں کا ڈھانچہ بن گئی ہے۔

میں نے انہیں سرسوں کے تیل پر 70 مرتبہ سورۂ فاتحہ اور 70 مرتبہ سورۂ نصر دم کر کے دی کہ اس کو مالش کریں۔ انہوں نے توجہ اور دھیان سے میری بات پر عمل کیا تو چند ہی دنوں میں وہ بچی اللہ کے حکم سے صحت یاب ہوگئی پھر وہ اتنے خوش ہوئے کہ میرے پاس وہ الفاظ نہیں کہ میں انہیں لکھوں۔ اس کے بعد بچی کو ڈرنے کی تکلیف رہنے لگی' ہر وقت ڈرتی روتی اور جھٹکے کھاتی' ایک مرتبہ پھر وہ بڑے بڑے ڈاکٹروں اور عاملوں سے علاج کرواتے رہے پھر تو اس حد تک تکلیف بڑھی کہ اس بچی کو دورے پڑنے لگے ہر طرف سے مایوس ہو کر بیٹھ گئے اچانک ایک رات کو اس بچی کی طبیعت بہت ہی خراب ہوگئی' ہسپتال لے جانے کیلئے بالکل تیار تھے پتہ نہیں ان کو کیسے خیال آیا کہ میں اپنے گھر میں سو رہا تھا گھر کا دروازہ بھی بند تھا گرمیوں کا موسم تھا۔ میرے ماموں نے مجھے آ کر جگایا کہ میری بیٹی جس کا نام فاطمہ ہے کی طبیعت بہت زیادہ خراب ہے آپ اس پر دم کر دیں میں اٹھ کر ان کے ساتھ چل دیا۔ بس ماموں کے گھر جا کر میں سورۂ یٰسین پڑھ کر بچی پر دم کرنے لگا ابھی آدھی ہی پڑھی تھی کہ بچی کو ہوش آ گیا اور گھر والے خوش ہو گئے پھر میں نے پانی پر بھی ایک بار دم کر کے دیا اور ہدایت کی کہ اس کو یہ پانی مسلسل پلاتے رہیں اللہ تعالیٰ نے مجھ گنہگار پر اپنا کرم کیا اس بچی کو شفاء کاملہ عطا فرمائی اب اس بچی کی عمر 7 سال ہے اور وہ بالکل صحت یاب ہے۔

ایک دن میں اپنے گھر کے نزدیک سڑک پر جا رہا تھا کہ ایک پچاس سالہ بزرگ نظر آئے جو کہ بڑی مشکل سے چل رہے تھے میں نے وجہ پوچھی تو انہوں نے کہا کہ میری ٹانگ میں سخت درد رہتا ہے۔ میں نے پوچھا کس ٹانگ میں درد ہے تو انہوں نے کہا سیدھی ٹانگ میں درد ہے۔

میں نے شہادت کی انگلی سے کلمہ طیبہ اس ٹانگ پر لکھ دیا پھر میں نے کہا بتائیں اب درد ہے تو انہوں نے کہا ابھی بھی ویسا ہی درد ہے۔ میں نے پھر دوسری بار لکھا' پھر تیسری بار لکھا پھر پوچھا تو وہ بابا جی یعنی 50 سالہ بوڑھے بہت خوش تھے اور کہا کہ درد ختم ہو گیا ہے۔ وہ مجھے دعائیں دے کر چل دیئے۔ میں نے بھی اپنی راہ لی۔

قارئین! قرآن کے ایک ایک حرف میں ہر بیماری کی شفاء موجود ہے۔ بس جتنے زیادہ یقین' توجہ اور دھیان سے پڑھیں گے اللہ اتنی ہی جلدی شفاء نصیب فرمائیں گے۔

آنکھ پر نیل کا آزمودہ نسخہ

بچوں کو کھیل کود کے دوران اگر آنکھ پر گیند لگ جائے تو نیل پڑ جاتا ہے۔ اس کا علاج یہ ہے کہ دو ماشہ پھٹکری کو دیسی انڈے کی سفیدی میں رگڑ کر گاڑھا لیپ بنا لیں اور اسے ململ کے ٹکڑے میں رکھ کر آنکھ پر باندھ دیں۔ چند گھنٹے بعد کھول دیں۔ نیل اور سوجن دونوں کو آرام آ جائے گا۔

(مسز اظہر سہیل' لاہور)

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 61

پیغمبر اسلامؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت علیؓ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

ایک مرتبہ حضرت خالد رضی اللہ عنہ یمن تبلیغ کیلئے بھیجے گئے تو وہ وہاں ناکام رہے' رسول اللہ ﷺ نے وہاں بھیجنے کیلئے حضرت علی رضی اللہ عنہ کا انتخاب کیا' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے پہلے تو اس کام کو دشوار سمجھا مگر آپ ﷺ نے ان کے سینہ پر دست مبارک رکھ کر دعا فرمائی کہ ''اے خدا! اس کی زبان کو راست گو بنا اور اس کے دل کو ہدایت کے نور سے منور کر دے۔'' اس کے بعد ان کے سر پر عمامہ شریف باندھا اور سیاہ علم دے کر یمن کی طرف روانہ کیا' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے اپنے حسن تدبیر اور حسن سلوک سے وہاں کا رنگ کچھ ایسا بدل دیا کہ ہمدان کا پورا قبیلہ مسلمان ہو گیا۔ **(فتح الباری' خلفائے راشدین)**

خارجی حضرت علی رضی اللہ عنہ کے خلاف برابر سازش کرتے رہے' وہ مجوسیوں' مرتدوں' نو مسلموں اور ذمیوں کو بغاوت پر آمادہ کرتے رہے مگر حضرت علی رضی اللہ عنہ نے ان بغاوتوں کو بڑے صبر و تحمل سے فرو کیا اور جب وہ زیر ہو گئے تو ان سے لطف و ترحم کا برتاؤ کیا' ایرانی باغی ان کے فیاضانہ سلوک سے یہ کہہ اٹھے تھے کہ امیر المومنین علی رضی اللہ عنہء بن ابی طالب کے طریق جہانبانی نے تو نوشیروانی طرز حکومت کی یاد بھلا دی۔

ذمیوں کے ساتھ ہمیشہ شفقت و محبت کا برتاؤ رکھا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان سے جتنے معاہدے کیے تھے ان کو برقرار رکھا۔

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے فیاضانہ سلوک کی اعلیٰ ترین مثال وہ ہے جب ان کا قاتل ابن ملجم ان کے بستر مرگ کے پاس لایا گیا تو اس کو دیکھ کر فرمایا: اس کو اچھا کھانا کھلاؤ' اس کو نرم بستر پر سلاؤ اگر میں زندہ بچ گیا تو اس کو معاف کرنے یا قصاص لینے کا اختیار مجھے حاصل ہو گا اور اگر میں مر گیا تو خدا کے سامنے اس سے جھگڑ لوں گا۔ پھر یہ بھی وصیت کی کہ اس سے قصاص معمولی طور پر لیا جائے یعنی اس کے ہاتھ پاؤں وغیرہ نہ کاٹے جائیں۔ **(طبقات تذکرہ علی بن ابی طالب)**

حافظ سجاد احمد پراچہ، کراچی

ہمارے نفسیاتی مسائل اور ان کا حل

ہمارے معاشرے میں منفی سوچ بہت بڑھ چکی ہے نوجوان نسل میں مثبت سوچ اور رویہ بہت کم ہے عمومی طور پر ہر شخص دنیاوی مال ودولت سے معاشرے میں عزت اور مقام کا خواہش مند ہے مال و دولت کے حصول میں جائز و ناجائز تمام طریقے استعمال کیے جا رہے ہیں

بے شک انسان بہت کمزور پیدا کیا گیا ہے انسان کی رہبری اور رہنمائی کیلئے ہر دور میں حضرات انبیاء علیہم السلام کو مبعوث کیا گیا ہے تاکہ یہ کمزور مخلوق صراط مستقیم پر قائم رہ کر قوت اور طاقت حاصل کرلے۔ دنیا میں انسان پر ہر طرح کے حالات آتے ہیں انسان کبھی بھی ایک حال پر قائم نہیں رہتا۔ کائنات اور اس کی تمام چیزیں ایک اللہ وحدہٗ لاشریک کے قبضے میں ہیں وہی ان کا خالق و مالک ہے جیسے چاہتا ہے استعمال کرتا ہے۔ تمام حالات اللہ ہی کی طرف سے انسان کی آزمائش کے لیے بھیجے جاتے ہیں جب تک بندہ صراط مستقیم پر قائم رہتا ہے اطاعت و بندگی میں لگا رہتا ہے بندے کو ہر طرح سے عافیت واطمینان حاصل رہتا ہے۔

انسان احساسات جذبات کا سمندر ہے جب تک احساسات میں توازن قائم رہتا ہے بندہ مطمئن رہتا ہے کسی احساس مثلاً محبت‘ نفرت‘ خوف وغیرہ کا حد سے بڑھ جانا بے چینی ہی پیدا نہیں کرتا بلکہ بعض اوقات پاگل پن اور دیوانگی جیسی کیفیات کا سبب بنتا ہے کسی احساس کے حد سے بڑھ جانے سے دوسرے احساسات مغلوب ہوجاتے ہیں۔ مختلف لوگوں میں احساسات کی کیفیات مختلف ہوتی ہیں بعض لوگ احساسات کے حوالے سے حساس اور بعض اس کے حوالے سے قوی ہوتے ہیں بعض لوگ اپنے آپ ہی میں گم رہتے ہیں ان پر کسی بات کا کوئی اثر نہیں ہوتا۔

محبت‘ نفرت‘ خوف‘ رحم وغیرہ کے احساسات گھر‘ ماحول اور معاشرے کے اثرات کی وجہ سے غیر متوازن ہوتے ہیں۔

تربیت پہلے دن والدین سے اور گھر کے ماحول سے شروع ہوجاتی ہے اگر والدین کے احساسات جذبات منفی ہوں یا غیر متوازن ہوں تو اولاد پر گہرا اثر ہوتا ہے‘ بعض والدین معاشی تنگی یا کسی دوسرے بیرون دباؤ کا شکار ہوں یا دونوں میں ذہنی ہم آہنگی نہ ہو تو اولاد کے اندر ضد‘ نفرت‘ احساس کمتری‘ چڑچڑا پن وغیرہ جیسی کیفیات پیدا ہوتی ہیں۔ 5 برس کی عمر کے بعد بچہ بیرونی ماحول کے اثرات قبول کرتا ہے اگر گھر کا ماحول مثبت ہو اور باہر کا ماحول منفی اثرات پر ہو یا منفی اثرات زیادہ ہوں تو طبیعتوں میں توازن قائم نہیں رہتا۔ بعض والدین بچوں کی ہر چاہت کو پورا کرتے ہیں بچے اپنی چاہت کے حوالے سے بہت حساس ہوجاتے ہیں اپنی ہر چاہت کا پورا ہونا طبیعت بن جاتی ہے‘ جب کہیں دل کی کوئی چاہت پوری نہیں ہوتی رنج وغم پیدا ہوجاتا ہے وقت وحالات کے ساتھ بعض اوقات طبیعت بدل جاتی ہے ورنہ موت تک دل کی ہر چاہت کے پورا کرنے کا بے حد جذبہ برقرار رہتا ہے ایسے لوگ دنیاوی شعبوں میں اکثر ناکام رہتے ہیں۔

ہمارے معاشرے میں نفسیاتی امراض تیزی سے بڑھ رہے ہیں۔ ذہنی دباؤ‘ ذہنی تناؤ‘ بے سکونی‘ بے چینی بڑھتی جارہی ہے۔ لوگ سکون آور دواؤں کا سہارا لے رہے ہیں۔ اصل علاج سکون آور دوائیں نہیں ہیں اصل وجہ اندر کے منفی جذبات واحساسات ہیں۔

ہمارے معاشرے میں منفی سوچ بہت بڑھ چکی ہے نوجوان نسل میں مثبت سوچ اور رویہ بہت کم ہے عمومی طور پر ہر شخص دنیاوی مال و دولت سے معاشرے میں عزت اور مقام کا خواہش مند ہے مال و دولت کے حصول میں جائز و ناجائز تمام طریقے استعمال کیے جارہے ہیں لیکن جن کے پاس مال و دولت کی فراوانی ہے وہ بھی بے چین ہیں‘ مال و دولت عہدہ اور منصب اندر کو بے چین رکھنے والا زہر ہے اگر اطاعت و بندگی سے حاصل نہ ہو اور بندہ اطاعت و بندگی پر قائم نہ ہو تو یہ ہمیشہ اندر کو پریشان اور بے چین رکھنے والا جذبہ ہے۔

منفی جذبات میں سب سے بڑا منفی جذبہ کبر ہے دوسروں کی تحقیر وتذلیل‘ دوسروں پر مسلط ہونا‘ ضد من مانی مقابلہ بازی تاکہ گردن اونچی رہے۔ دوسروں کو نیچا کرنا‘ دوسروں کے زوال پر خوش ہونا ترقی پر کڑھنا‘ اکڑنا اترانا‘ شیخی بازی‘ شک اور بدگمانی میں مبتلا رہنا‘ دوسروں کو کم تر سمجھنا‘ غیبت کرنا‘ گالیاں بکنا‘ انتقامی جذبات رکھنا‘ حد سے زیادہ غصہ کرنا‘ نعمتوں پر اکڑنا یا نعمتوں کو کم تر سمجھنا‘ دنیاوی اعتبار سے اپنے آپ کو گھٹیا سمجھنا‘ مال و دولت کی حرص اور تمنا میں گھلنا‘ عیب تلاش کرنا‘ دل میں نفرت رکھنا‘ حرام طریقوں سے جنسی لذت حاصل کرنا‘ جھوٹ بولنا‘ نشہ کرنا‘ دل کی ہر چاہت کو پورا کرنے کی کوشش کرنا‘ مادی اسباب کے حصول کی تمنا میں انتھک محنت کوشش کے بعد ناکام‘ مایوس اور ناامید ہوجانا‘ خود کو زیادہ چالاک سمجھدار سمجھنا وغیرہ جب کسی منفی جذبے میں شدت پیدا ہوتی ہے دماغ منتشر ہوجاتا ہے‘ ذہنی دباؤ‘ تناؤ بہت بڑھ جاتا ہے۔ سوچنے سمجھنے کی صلاحیتیں متاثر ہوجاتی ہیں‘ پریشانی کی وجہ سے نیند نہیں آتی‘ 50 فیصد بیماریاں ذہنی پریشانی کی وجہ سے پیدا ہوتی ہیں۔

جو لوگ سکون آور دوائیں استعمال کرتے ہیں وہ یقیناً منفی احساسات وجذبات کا شکار ہوجاتے ہیں۔ بعض اوقات منفی جذبات کی وجہ سے شدید کمزوری پیدا ہوجاتی ہے پھر کمزوری کو دور کرنے کیلئے طاقت کی دوائیں استعمال کرنا ضروری ہیں۔

منفی جذبات کا علاج مثبت جذبات ہیں‘ منفی ماحول کو ترک کردینا‘ منفی باتوں یا واقعات کا مثبت مطلب تعبیر کرنا ہے‘ منفی اثرات کو قبول نہ کرنا‘ اپنی طبیعت کو پوری کوشش کرکے مثبت انداز سے تعمیر کرنا‘ صبر شکر‘ تقدیر پر راضی رہنا‘ اللہ کے دین کی عطا‘ اس کی کرم فرمانیاں اس کی عنایتیں بے شمار ہیں‘ ہر حال میں پُرامید رہنا اور اس کی یاد میں لگے رہنا‘ بندگی کا متقضی بھی ہے اور یہی ہماری سب پریشانیوں بے چینی اور غموں کا علاج بھی ہے۔

اگر لو لگ جائے تو......

کچے آم لیں اور انہیں راکھ میں خوب اچھی طرح بھون لیں پھر چھلکا اتار کر دو تین گلاس پانی اس میں ملا لیجئے پھر اس میں گھی اور چینی ملا کر شربت کی طرح اسے پی لیجئے۔ لو کا اثر ایسا کرنے سے ختم ہوجائیگا۔ پالک کچی لیجئے اور اسے پیس کر اس میں ذرا سا پانی ملا لیجئے اور اسے پی لیجئے ایسا کرنے سے بھی فوراً فائدہ ہوگا۔ **(حکیم مرزا منور بیگ)**

موسم برسات اور اس کی حفاظتی تدابیر

ڈاکٹر ناصر جان

موسم گرما میں گرمی کی شدت اور یبوست کے باعث مکھیاں‘ مچھر اور جراثیم بہت حد تک ختم ہو چکے ہوتے ہیں لیکن جونہی بارشیں شروع ہوتی ہیں تو جگہ جگہ پانی جمع ہونے اور فضا میں زیادہ نمی کے باعث ان کی تعداد میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

جب موسم گرما کی چلچلاتی ہوئی دھوپ میں آفتاب نصب النہار پر اپنی حدت وحرارت کے تیر برسا رہا ہوتا ہے اور اس کی تیز اور چبھتی ہوئی شعاعیں میدانوں اور صحراؤں میں ریت اور دیگر ذرات ارضی سے ٹکرا ٹکرا کر مختلف سمتوں میں منعکس ہو کر فضا میں شعاعی تموج پیدا کر رہی ہوتی ہیں تو یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے آفتاب اپنی ان حشر سامانیوں اور شعلہ فشانیوں سے اس کرہ ارض پر بسنے والے ہر ذی روح کو جلا کر راکھ کر دے گا۔ انسان موسمیاتی شدت سے محفوظ رہنے کیلئے اپنے گھروں اور مکانات میں محصور ہو جاتے ہیں۔ تمام مخلوق باران رحمت کی بھیک مانگتی ہے تو خدائے بزرگ وبرتر کی رحمت جوش میں آجاتی ہے آسمان پر کالے سیاہ بادل نمودار ہوتے ہیں۔ موسم اپنے رنگ بدلنا شروع کرتا ہے گرم اور جھلسا دینے والی ہوا کی جگہ ٹھنڈی ہوائیں پیام مسرت لاتی ہیں اور پھر جب بارش برستی ہے تو لوگ فرط مسرت سے اپنے گھروں سے باہر نکل آتے ہیں۔ چرند پرند بدلتے ہوئے موسم میں کیف وسرور سے مدہوش ہو کر راگ الاپنے لگتے ہیں‘ مرجھائی ہوئی کلیاں کھل اٹھتی ہیں اور مردہ کھیتیاں لہلہا اٹھتی ہیں۔

غرضیکہ موسم برسات تمام ذی روح کیلئے مسرت وشادمانی کا پیغام لاتا ہے۔ موسم برسات جہاں بدن انسانیت پر نہایت خوشگوار اثرات مرتب کرتا ہے وہاں اس موسم کی لحہ بہ لحہ بدلتی صورتحال کے پیش نظر چند ایک شکایتیں بے چینی‘ سستی‘ تھکاوٹ اور وبائی امراض کی صورت میں بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس موسم میں اگرچہ گرمی کی شدت میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور حرارت وبرودت کے لحاظ سے یہ اعتدال کے قریب آجاتا ہے لیکن رطوبت ویبوست کے لحاظ سے یہ معتدل مزاج کا مالک نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ کبھی خوشگوار ہوائیں طبیعت کو فرحاں وشاداں کرتی ہیں اور کبھی بارش کے بعد حبس پریشان وبے قرار کر دیتی ہے۔ اس موسم میں ہوا لطیف ہونے کے باعث حرارت اور برودت کے اثرات بہت جلد قبول کر لیتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس موسم میں راتیں اور صبح کے اوقات ٹھنڈے ہوتے ہیں لیکن دوپہر موسم گرما کی طرح گرم ہوا کرتی ہے۔ طبی نقطہ نظر سے یہ موسم اخلاط (صفراء اور سودا) کی پیدائش میں بہت حد تک معاون ومددگار ثابت ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اس موسم میں طحال بڑھ جایا کرتی ہے اور جسم میں سرخ ذرات کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ دوسرا یہ کہ اس موسم میں ”تواردِ اضداد“ یعنی دو مختلف کیفیات کا پے در پے بدن پر وارد ہونا بھی مبتلا مرض کر دیتا ہے۔ یہ کیفیت اس وقت شدت اختیار کر جاتی ہے جب موسم گرما کی شدت کی وجہ سے قویٰ کمزور پڑ چکے ہوں اور پھر اس موسم میں دن کی گرمی اور رات کی سردی جیسی متضاد کیفیات کی بنا پر جسم آمادہ مرض ہو جائے اور ضعف میں زیادتی ہو جائے لیکن اگر بارشیں تو اتر سے برسیں تو فضا میں یبوست ختم ہو کر طبیعت میں فرحت پیدا ہوتی ہے اور امراض مزمنہ پیدا نہیں ہو پاتیں۔

امراض: موسم برسات میں چونکہ فضا میں نمی پائی جاتی ہے اس لیے جراثیم کی افزائش بھی تیزی سے ہونے لگتی ہے اور اس طرح وبائی امراض مثلاً ہیضہ‘ ملیریا‘ اسہال وپیچش‘ خارش‘ قے‘ پھوڑے‘ پھنسیاں اور گرمی دانے وغیرہ کثرت سے پیدا ہوتے ہیں چنانچہ ذیل میں چند ایک اہم امراض اور ان کا علاج موسم برسات کو پیش نظر رکھتے ہوئے درج کر رہے ہیں۔

ہیضہ: موسم گرما میں گرمی کی شدت اور یبوست کے باعث مکھیاں‘ مچھر اور جراثیم بہت حد تک ختم ہو چکے ہوتے ہیں لیکن جونہی بارشیں شروع ہوتی ہیں تو جگہ جگہ پانی جمع ہونے اور فضا میں زیادہ نمی کے باعث ان کی تعداد میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔ ہیضہ بھی غذائی بدپرہیزی اور جراثیمی سرایت کی بنا پر غذا کے فاسد ہو جانے سے لاحق ہوتا ہے۔ مریض کو قے اور اسہال پے در پے آتے ہیں۔ یہاں تک کہ مریض کے جسم میں پانی کی کمی ہو کر وہ قریب المرگ ہو جاتا ہے اس مرض کو رفع کرنے کیلئے سب سے پہلے فاسد مواد کو جسم سے خارج کرنا چاہیے۔ اس مقصد کیلئے نمک طعام نیم گرم پانی میں حل کر کے سکنجبین سرکہ والی چالیس ملی لٹر ملا کر پلائیں اور قے کروائیں جب فاسد مواد اچھی طرح خارج ہو جائے تو قے اور اسہال کو بند کرنے کیلئے درج ذیل نسخہ استعمال کروائیں۔ پودینہ خشک ۱۲ گرام‘ الائچی کلاں ۳ عدد‘ نصف لٹر پانی میں اچھی طرح ابال کر نمک اور برف ملا کر وقفے وقفے سے استعمال کرائیں۔ اگر قے پھر بھی بند نہ ہو تو لیموں کے بیج چند دانے لے کر باریک پیس کر نگلوا دیں یا پھر مفید دھارے کے چند قطرے پانی میں ملا کر پلانے سے بھی قے رک جاتی ہے۔ اس کے علاوہ آب پودینہ سبز‘ آب لیموں‘ آب ادرک‘ آب کریلا برابر مقدار میں لے کر محفوظ کر لیں۔ ایک ایک گھنٹے بعد ۴ ملی لٹر کی مقدار میں استعمال کرائیں۔ یہ نسخہ انشاء اللہ انتہائی مفید ثابت ہوگا اور ہیضہ کی علامات کو رفع کر دے گا۔

ملیریا: موسم برسات میں چونکہ مچھروں کی تعداد میں اضافہ ہو جاتا ہے اس لیے ملیریا بخار کے شکار مریضوں کی تعداد بھی بڑھ جاتی ہے۔ یہ بخار مادہ مچھر کے کاٹنے سے پیدا ہوتا ہے۔ اس میں مریض کو بخار لاحق ہوتا ہے اور ساتھ لرزہ کپکپی بھی طاری ہو جاتی ہے۔ مریض کو سردرد اور قے کی بھی شکایت لاحق ہو جاتی ہے اور پھر پسینہ آ کر بخار اتر جاتا ہے لیکن دوسرے روز بھی وہی کیفیت دوبارہ طاری ہو جاتی ہے۔ چنانچہ اس بیماری سے چھٹکارا حاصل کرنے کیلئے قرص افتشین‘ قرص ادجاع‘ حب رنجوہ خاص‘ بخار روک ٹیکہ یا سیرپ انتہائی مفید ہیں۔

پیچش: ایک متعدی مرض ہے جو باسی غذاؤں کے استعمال‘ پرخوری اور جراثیمی سرایت کے باعث لاحق ہوتی ہے۔ پیچش کی مندرجہ ذیل دو اقسام ہیں۔ سدی وغیر سدی

اگر سدی پیچش لاحق ہو تو سدے کو روغن بیدانجیر یا کیسٹر آئل وغیرہ سے خارج کیا جائے جبکہ غیر سدی پیچش کیلئے درج ذیل نسخہ جات انتہائی مفید ہیں۔ اسبغول مسلم‘ لعاب خطمی‘ بہیدانہ‘ ہر ایک ۱۲ گرام لے کر آدھا لٹر پانی میں لعاب نکال کر شربت انجبار ملا کر استعمال کرائیں۔ دونوں قسم کی پیچش کیلئے انتہائی مفید ہے۔

پھوڑے پھنسیاں: موسم برسات میں پھوڑے اور گرمی دانے بکثرت نکلتے ہیں اس مقصد کیلئے عرق شاہترہ‘ عرق منڈی‘ اطریفل شاہترہ‘ معجون چوب چینی اور معجون عشبہ وغیرہ بھی انتہائی مفید ہیں۔

غذا: موسم برسات میں چونکہ قویٰ اتنے مضبوط نہیں ہوتے کہ وہ ثقیل اور دیر ہضم غذاؤں کے متحمل ہو سکیں اور نہ ہی طبیعت پرخوری کا بار گراں اٹھانے کے قابل ہوتی ہے اس لیے اس موسم میں انتہائی زود ہضم غذائیں مثلاً سبزیاں کریلا‘ بھنڈی توری‘ کدو‘ ٹینڈے اور دالیں وغیرہ استعمال کرانی چاہئیں۔ کھانا ضرورت کے مطابق کھانا چاہیے۔ وبائی امراض سے بچاؤ کیلئے سرکہ انگوری یا کسی بھی سرکہ کا استعمال انتہائی نافع ہے۔ اس موسم میں آم‘ خوبانی اور آلو بخارا جیسے خوش ذائقہ پھل بھی پائے جاتے ہیں چنانچہ ان کا وقتاً فوقتاً استعمال صحت کیلئے انتہائی مفید ہے۔

شعبان! سعادت کے دن عبادت کی راتیں

شعبان کے پہلے جمعۃ المبارک کو جوکوئی نماز مغرب کے بعد نماز عشاء سے پہلے دو رکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی' دس مرتبہ سورۃ اخلاص' ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھے تو اللہ تعالیٰ اسے ایمان کی سلامتی وترقی عطافرمائیگا

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا رجب کا شرف اور فضیلت باقی مہینوں پر ایسا ہے جیسے دوسرے کلاموں پر قرآن پاک کی فضیلت اور تمام مہینوں پر شعبان کی فضیلت ایسی ہے جیسے تمام انبیاء کرام پر میری فضیلت اور دوسرے مہینوں پر رمضان المبارک کی فضیلت ایسی ہے جیسے تمام کائنات پر اللہ تعالیٰ کی فضیلت ہے۔

دو رکعت نفل: جوکوئی شعبان کے مہینہ کی پہلی شب نماز تہجد کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور رکوع وسجود میں معمول کی تسبیح پڑھنے کے بعد یہ کہے: **سُبُّوحٌ قُدُّوسٌ رَبُّنَا وَ رَبُّ الْمَلٰٓئِکَۃِ وَالرُّوحِ سُبْحَانَ خَالِقِ النُّوْرِ سُبْحَانَ مَنْ هُوَ قَائِمٌ عَلٰى كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ**

تو پروردگار عالم اسے جہنم کے عذاب سے محفوظ رکھے گا اور جنت میں جگہ عطافرمائے گا۔ انشاء اللہ

بارہ رکعت نوافل: شعبان المعظم کی پہلی تاریخ کو نماز عشاء کے بعد جوکوئی بارہ رکعت نوافل دو رکعت کر کے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پندرہ مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کو معاف فرمائیگا۔

پہلا جمعہ: شعبان کے پہلے جمعۃ المبارک کو جوکوئی نماز مغرب کے بعد نماز عشاء سے پہلے دو رکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیت الکرسی' دس مرتبہ سورۃ اخلاص' ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھے تو اللہ تعالیٰ اسے ایمان کی سلامتی وترقی عطافرمائیگا۔

چار رکعت نوافل: شعبان کے مہینہ کے پہلے جمعہ کی شب نماز عشاء کے بعد جوکوئی چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور اس نفل نماز کا ثواب خاتون جنت حضرت فاطمۃ الزہرا رضی اللہ تعالیٰ عنہا کو بخشے تو بفضل باری تعالیٰ اسے جنت میں جگہ عطا ہوگی۔

چودہ شعبان المعظم: جوکوئی شعبان کے مہینہ کی چودہ تاریخ کو نماز مغرب کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ حشر کی آخری تین آیات ایک ایک مرتبہ اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اسے گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔

صلوٰۃ الخیر: شب برأت میں نوافل اور ذکر الٰہی کی بہت فضیلت ہے اس شب نوافل ادا کرنا شب بیداری کرتے ہوئے ذکر الٰہی کرنا' اللہ تعالیٰ سے عجز وانکساری کے ساتھ گڑ گڑا کر روتے ہوئے اپنے گناہوں کی معافی مانگنا انسان کو حقیقی کامیابی سے ہمکنار کرتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس بندے پر اپنا خصوصی فضل وکرم نازل فرماتا ہے۔ اس مبارک اور بابرکت شب میں صلوٰۃ الخیر پڑھنے سے بہت سی برکات حاصل ہوتی ہیں۔ یہ نماز سلف صالحین سے منقول ہے اور یہ نفل نماز شعبان المعظم کی پندرھویں شب نماز عشاء کے بعد پڑھی جاتی ہے اس میں ایک سو رکعتیں ہیں اور دو دو رکعت کر کے اس طرح پڑھی جاتی ہے کہ ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھی جاتی ہے۔ یہ نفل نماز سلف صالحین باجماعت پڑھتے تھے۔ اس نماز کے بارے میں حضرت حسن بصری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھ سے حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کے تیس صحابہ کرام رضی اللہ تعالیٰ عنہم نے بیان کیا کہ اس رات کو جوکوئی یہ نماز پڑھتا ہے اللہ تعالیٰ اس کی طرف ستر مرتبہ نگاہ کرتا ہے اور ہر بار اس کی طرف دیکھنے پر اس کی ستر حاجتیں پوری کرتا ہے جن میں سب سے ادنیٰ اس کے گناہوں کی مغفرت ہے۔ (غنیۃ الطالبین)

چھ رکعت نفل: اس ماہ کی پندرھویں شب کو چاہیے کہ نماز مغرب کے بعد چھ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے پڑھے۔ پہلے دو نفل پڑھنے سے پہلے عمر میں خیر وبرکت کی نیت کرے' دوسرے دو نفل پڑھتے ہوئے بلا ومصیبت سے محفوظ رہنے کی نیت کرے' تیسرے دو نفل پڑھتے ہوئے مخلوق کا محتاج نہ ہونے کی نیت کرے۔ ہر دوگانہ ادا کرنے کے بعد ایک مرتبہ سورۂ یٰسین یا سورۂ اخلاص اکیس مرتبہ پڑھے۔

نوافل اور روزہ: حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ جب شعبان کی پندرھویں شب آئے تو تم رات کو قیام کیا کرو یعنی نوافل پڑھو اور دن کو روزہ رکھو اس لئے کہ اللہ تعالیٰ اس شب میں غروب آفتاب ہونے کے بعد ہی آسمان دنیا پر نازل ہوتا ہے اور فرماتا ہے کہ کوئی بخشش چاہنے والا ہے تاکہ میں اس کو بخش دوں' کوئی رزق مانگنے والا ہے کہ میں اس کو رزق عطا کردوں' کوئی مصیبت میں مبتلا ہے کہ میں اس کو عافیت دوں۔ اور ایسے ہی فرماتا رہتا ہے یہاں تک کہ صبح طلوع ہوجاتی ہے۔ (ابن ماجہ)

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 7 جولائی بروز جمعرات دوپہر 2 تا 3 بجکر 21 منٹ تک 20 جولائی بروز بدھ' رات 9 تا 10 بجکر 17 منٹ تک' 30 جولائی بروز ہفتہ مغرب تا عشاء تک **یَا عَزِیْزُ یَا غَالِبُ یَا اَللّٰہُ** پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**- خواتین ناپاکی کے ایام میں بغیر مصلے کے بھی باوضو ہو کر روحانی محفل میں شرکت کرسکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے آپ سے ملنے کا سب سے بڑا فائدہ جو ہوا ہے اور جو احسان ہے آپ کا وہ یہ کہ آپ نے مجھے اللہ اور اس کے حبیب حضرت محمد ﷺ سے ملایا ہے۔ آقا نامدار سرور کونین ﷺ کی محبت میرے دل میں بھر دی ہے۔ اللہ اور اس کے پیارے حبیب حضور نبی کریم ﷺ کا نام آتے ہی دل کی کیفیت ہی بدل جاتی ہے۔ حکیم صاحب گزشتہ اتوار کے روز میں نے (باقی صفحہ نمبر 36 پر)

شاہ عزیز الحق بغدادیؒ کے روحانی وظائف

جسم کے جس حصے میں بھی درد ہو اس جگہ ہاتھ رکھ کر تین بار باوضو یہ آیات پڑھ کر دم کریں۔ اسی طرح تین مرتبہ پڑھ کر تین مرتبہ دم کرے انشاء اللہ تعالیٰ درد موقوف ہوگا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔ وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ط وَمَآ اَرْسَلْنٰكَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّ نَذِيْرًا o

اولاد ہونے کیلئے

جس شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو اور اسے اولاد کی بہت زیادہ خواہش ہو اور اولاد کیلئے ہر وقت بے چین رہتا ہو اس کیلئے یہ عمل بہت فائدہ مند ہے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ اولاد ضرور ہوگی۔ وہ عمل یہ ہے:۔ سورۂ نساء شروع سے لے کر رَقِيْبًا (پہلی مکمل آیت) تک ایک حلوے کے ٹکڑے پر شب جمعہ میں باوضو آدھی رات کو لکھے (جمعرات کا دن گزرنے کے بعد جو رات آتی ہے وہ جمعہ کی رات ہے) لکھنے کا عمل ایسی تنہائی میں کرے جہاں اسے لکھتے ہوئے کوئی نہ دیکھے۔ یہ حلوہ وہ عورت کھائے جس کے اولاد نہ ہوتی ہو اور اس رات اس کا خاوند ہمبستری کرے۔ تین جمعرات یہ عمل کرنا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ عورت کے اولاد ہوگی۔

تنبیہ: بعض مرتبہ عورت یا مرد پر سحر یا جنات کا اثر ہوتا ہے جس کے سبب حمل نہیں ہوتا۔ اس عمل کو کرنے سے پہلے سحر، جنات کا بندش کا علاج کرے اس کے بعد یہ عمل کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے اولاد ہوگی۔

قوت حافظہ قوی ہونے کیلئے

اگر کسی کا حافظہ کمزور ہو اور اکثر باتیں بھول جاتا ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے:۔

سورۂ بقرہ کی شروع آیات سے مُفْلِحُوْنَ تک جمعرات کے دن اول وقت چینی کی بغیر پھول والی پلیٹ پر عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے لکھے اور اس پلیٹ کو بارش کے پانی سے دھو کر صبح صادق سے پہلے تہجد کے وقت پی لے اور اس دن روزہ رکھے تین دن یا پانچ دن یہ عمل کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ حافظہ قوی ہوگا اور جو چیز یاد کرے دماغ میں محفوظ ہو جائیگی۔

تنبیہ: بعض مرتبہ سحر، جادو، سفلی کے سبب بھی حافظہ کمزور ہو جاتا ہے، بھول چوک بڑھ جاتی ہے، اس کیلئے سحر، جادو، سفلی کا علاج کرنے سے حافظہ صحیح ہو جائے گا۔

ترقی کاروبار، تجارت میں برکت

اگر کوئی یہ چاہتا ہے کہ اس کا کاروبار ترقی کرے اور گاہک زیادہ سے زیادہ آئیں تو اسے چاہیے کہ عشاء کی نماز کے بعد یہ آیت ایک سو ایک بار پڑھ لیا کرے۔

انشاء اللہ تعالیٰ کاروبار میں خوب ترقی ہوگی اور گاہک بے شمار آئیں گے۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

عَسَى اللّٰهُ اَنْ يَّجْعَلَ بَيْنَكُمْ وَبَيْنَ الَّذِيْنَ عَادَيْتُمْ مِّنْهُمْ مَّوَدَّةً ط وَاللّٰهُ غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ o (الممتحنة.7)

درد کے خاتمہ کیلئے

جسم کے جس حصے میں بھی درد ہو اس جگہ ہاتھ رکھ کر تین بار باوضو یہ آیات پڑھ کر دم کریں۔ اسی طرح تین مرتبہ پڑھ کر تین مرتبہ دم کرے انشاء اللہ تعالیٰ درد موقوف ہوگا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

وَبِالْحَقِّ اَنْزَلْنٰهُ وَبِالْحَقِّ نَزَلَ ط وَمَآ اَرْسَلْنٰكَ اِلَّا مُبَشِّرًا وَّ نَذِيْرًا o (بنی اسرائیل. 105)

بدبختی کے سبب پریشانی آجائے

اگر کسی سخت گناہ یا بڑی عظیم بُرائی کے سبب یا کسی بے گناہ مظلوم پر ظلم کے سبب یا کسی کا دل دکھا کر اس کی بددعا کے باعث کسی آدمی پر بدبختی چھا جائے اور اسے طرح طرح کے مصائب اور مشکلات گھیر لیں تو اس بدبختی اور ہر قسم کی مصیبت سے بچنے کیلئے یہ استغفار کرے اور اللہ تعالیٰ سے رحم کی بھیک مانگے اور عشاء کی نماز کے بعد ایک سو بار یہ کلمات باوضو پڑھے اور اپنے دونوں ہاتھوں پر دم کرکے اپنے دونوں ہاتھ اپنے چہرے اور تمام بدن پر پھیر لے۔ یہ عمل اکتالیس دن کرے۔ اس دوران اگر حالت درست ہو جائے تو ٹھیک ہے ورنہ ایک چلہ اور کرے اس میں بھی حالات ٹھیک نہ ہوں تو ایک چلہ اور کرے۔ (چلہ چالیس دن عمل کرنے کو کہتے ہیں)

توبہ استغفار کا طریقہ یہ ہے کہ دو رکعت نفل نماز توبہ ظہر، مغرب یا عشاء کی نماز کے بعد پڑھ کر یہ کلمات سو مرتبہ پڑھے:۔

اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ رَبِّيْ مِنْ كُلِّ ذَنْبٍ وَّاَتُوْبُ اِلَيْهِ . پھر رو رو کر اپنے گناہوں کی معافی اللہ تعالیٰ سے مانگے کہ وہ غفور الرحیم ہے۔ (یعنی گناہوں کا بخشنے والا اور بے حد رحم کرنے والا ہے)

بدبختی سے نجات کیلئے یہ کلمات بعد نماز عشاء ایک سو بار پڑھنے ہیں۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ. يَاوَدُوْدُ. يَاوَدُوْدُ. يَاوَدُوْدُ. اَللّٰهُ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّوْمُ. لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحٰنَكَ اِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِيْنَ. قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ o يُحِبُّوْنَهُمْ كَحُبِّ اللّٰهِ ط وَالَّذِيْنَ اٰمَنُوْا اَشَدُّ حُبًّا لِّلّٰهِ ط

پیشاب میں خون آنا

بعض مرتبہ مثانہ یا گردوں میں پتھری پیدا ہو جاتی ہے اس کی وجہ سے پیشاب میں خون آتا ہے اور بعض مرتبہ بہت گرم چیزیں کھانے سے بھی یہ شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ اسی طرح حد سے زیادہ لال مرچ کا استعمال بھی پیشاب میں جلن پیدا کرتا ہے۔ لہٰذا اس شکایت کو دور کرنے کیلئے پتھری کا علاج گرم چیزوں اور لال مرچ کے استعمال سے پرہیز کریں اور روحانی علاج اس طرح کریں کہ اول باوضو تین بار درود شریف پڑھیں اس کے بعد یہ آیت تین بار پڑھیں اور آخر میں تین بار درود شریف پڑھیں اور پانی پر دم کرکے یہ پانی پی لیں یہ پانی ہر دو گھنٹہ بعد ایک گلاس پینا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس مرض سے نجات حاصل ہوگی۔ وہ آیت یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ. هُوَ اللّٰهُ الْخَالِقُ الْبَارِئُ الْمُصَوِّرُ لَهُ الْاَسْمَآءُ الْحُسْنٰى ط يُسَبِّحُ لَهُ مَا فِي السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ وَهُوَ الْعَزِيْزُ الْحَكِيْمُ o (حشر، 24)

میرے آزمائے وظائف

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے بی ایس آنرز تک تعلیم حاصل کی ہے میں شروع سے ہی ایک عام درمیانی درجہ کی طالبہ رہی ہوں میں نے کبھی سوچا ہی نہ تھا کہ زندگی کے ہر امتحان میں کامیاب ہو جاؤں گی۔ چند وظائف جو ہمیشہ جس مقصد کیلئے بھی کیے کامیابی ملی۔ 1۔ سورۂ نمل 7 روز بعد نماز عصر ایک مرتبہ۔ 2۔ اَمَّنْ يُّجِيْبُ الْمُضْطَرَّ اِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوْٓءَ. (النمل .62)

جب بھی کوئی مشکل پریشانی پیش آئی اس آیت کا ورد شروع کر دیا اور ہمیشہ مشکل ایسے ٹل گئی کہ جیسے کچھ ہوا ہی نہیں۔

مجھے ہمیشہ سے بات بات پر غصہ آتا تھا اکثر لڑنا جھگڑنا گھر والوں سے میرا معمول تھا۔ میں ہر نماز کے بعد یَا خَالِقُ یَا رَؤُفُ یَا سَلَامُ 100 دفعہ پڑھتی ہوں اللہ کا لاکھ کرم ہے کہ نہ تو لڑائی ہوتی ہے اور غصہ تو جیسے میرے میں ہے ہی نہیں۔ اسی طرح میرا کوئی بھی کام ہو، کوئی بھی مشکل ہو میں ان وظائف کو پڑھتی ہوں اللہ تعالیٰ کرم کر دیتے ہیں۔ **(رابعہ عزیز)**

آلو بخارا دوا بھی' شفاء بھی' غذا بھی

آفرین شاہد' کراچی

زیادہ تر موسم گرما میں پتے اور جگر کی خرابی کی وجہ سے یرقان جیسا موذی مرض کئی تندرست آدمیوں کو لاحق ہوجاتا ہے جس میں مریض کے سارے جسم پر سپلائٹ آنکھوں کا رنگ بھی زرد اور پیشاب کا رنگ پیلا اور سرخی مائل ہوجاتا ہے

آلو بخارا موسم گرما کے پھلوں میں سے قدرت کے کیمیا گر ہونے کا ایک انمول سستا اور بے شمار شفائی اثرات رکھنے والا پھل ہے۔ موسم کی مناسبت سے قدرت نے اس کا مزاج سرد و تر رکھا ہے جو کہ موسمی اثرات سے پیدا ہونے والے گرم امراض کیلئے اپنے اندر بے پایاں شفائی اثرات کا ذخیرہ رکھتا ہے۔ آلو بخارا کی ایک خاص قسم روس کے شہر بخارا میں پیدا ہوتی ہے۔ پاکستان اور ہندوستان کے علاوہ دیگر ممالک میں بھی آلو بخارا پیدا ہوتا ہے۔ پاکستان میں بھی اس کی کئی ایک اقسام مارکیٹ میں فروخت ہوتی ہیں جو کہ تمام مزاجوں اور فوائد کے اعتبار سے یکساں تصور کی جاتی ہیں۔

اس خوش مزاج اور حیاتین بھرے پھل میں قدرت نے گوشت پیدا کرنے والے لحمی اور نشاستہ دار اجزاء کے علاوہ فولاد' کیلشیم' پوٹاشیم' فلورین اور فاسفورس کے اجزاء بھی وافر مقدار میں سمودیئے ہیں اس قدرتی پھل میں امینوسائیڈ کے علاوہ قدرتی گلوکوز کی بھی کافی مقدار پائی جاتی ہے۔ قدرت نے اس سستے پھل میں وٹامن اے بی اور سی بھی شامل فرمادیئے ہیں۔ اس نقش کو سامنے رکھتے ہوئے غور کیا جائے تو یہ پھل ہماری غذائی ضروریات کو پورا کرنے میں کسی قدر کم نہیں۔ ہمارے جو بھائی اپنے جسم میں کیلشیم اور فولاد کی کمی محسوس کرتے ہوں وہ آلو بخارا کو استعمال کرکے اس کمی کو پورا کرسکتے ہیں۔ قدرت نے آلو بخارا جیسے کم خرچ اور بے ضرر پھل میں معدہ جگر اور پتے کی بیماریوں کا شافی علاج رکھ دیا ہے۔ اسی لیے قدیم حکماء آلو بخارا جیسے کثیر الفوائد پھل سے بیماریوں کا علاج کرتے تھے۔

ہمارے معاشرے کے وہ گرم مزاج حضرات جو جگر کی گرمی کی وجہ سے ہاتھ پاؤں کی جلن' پیشاب کی جلن اور طبیعت میں بے چینی محسوس کرتے ہوں ان کو آلو بخارا جیسا سرد تر مزاج رکھنے والا یہ پھل صبح و شام 100 گرام سے 500 گرام تک کھانا چاہیے اور اس کے ساتھ اکسیر جگر (نوشادر' قلمی شورہ' ریوند چینی اور سفید زیرہ برابر وزن کوٹ کر سفوف تیار کرکے) ایک ماشہ تا دو ماشہ تک پانی کے ساتھ کھانے سے چند ہی یوم میں جگر کی گرمی دور ہوکر طبیعت میں سکون و فرحت پیدا ہوجاتی ہے۔ آج کل ہمارے معاشرے میں پتے کے امراض والے مریض بھی عام نظر آتے ہیں ایسی صورت میں پتے کے درد و ورم اور پتے میں پتھریاں بننے کے عمل کو روکنے کیلئے اطباء کرام اپنے مطبوں میں آنے والے مریضوں کو آلو بخارا کا استعمال بڑے اعتماد سے کرواتے ہیں۔ عام طور پر اپنے مطب میں آنے والے ایسے مریضوں کو صبح نہار منہ آلو بخارا 250 گرام کھلاتا ہوں اور شام کو مولی ایک عدد' دھنیا سبز ڈیڑھ تولہ اور پودینہ سبز ڈیڑھ تولہ یعنی 26 گرام اوپر لیموں ایک عدد نچوڑ کر کھلانے سے ایسے مریض کچھ عرصہ میں پتہ کی ان بیماریوں سے شفایاب ہوجاتے ہیں۔

زیادہ تر موسم گرما میں پتے اور جگر کی خرابی کی وجہ سے یرقان جیسا موذی مرض کئی تندرست آدمیوں کو لاحق ہوجاتا ہے' جس میں مریض کے سارے جسم پر پیلاہٹ آنکھوں کا رنگ بھی زرد اور پیشاب کا رنگ پیلا اور سرخی مائل ہوجاتا ہے' ایسے مریضوں کیلئے آلو بخارا کسی نعمت خداوندی سے کم نہیں۔ ایسے مریضوں کو آلو بخارا پکا ہوا کالے رنگ کا دن میں دو تین مرتبہ سو سو گرام اور اس کے ساتھ زیرہ سفید اور گوکھرو (خار خشک پنجابی بھکوا) برابر وزن سفوف بنا کر پانی کے ساتھ تین تین ماشے استعمال کرنے سے چند ہی یوم میں یرقان والے مریضوں کو شفایاب ہوتے دیکھا گیا ہے۔ ایسی حالت میں آلو بخارا یرقان کے مریضوں کیلئے ایک زود ہضم غذا کا کام بھی دیتا ہے جو کہ مریض کیلئے ضروری ہوتی ہے اس کے علاوہ ایسے مریض کو دلیہ' دہی' چاول وغیرہ استعمال کرایا جاسکتا ہے۔

موسم گرما میں عام طور پر اکثر لوگ بدپرہیزیوں کی وجہ سے بخار' درد معدہ اور اپھارہ بدہضمی' معدے کی جلن بھوک کی کمی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ بعض حضرات تو غذائی بے اعتدالیوں کی وجہ سے متلی' قے اور اسہال کی شکایت میں بھی مبتلا ہوجاتے ہیں۔ ان حالات میں ہمارے گھروں میں صدیوں سے مروج پرانے سائنسدان حکماء کا ترتیب دیا ہوا یہ نہایت آسان اور شفاء بخش چٹکلہ کبھی خطا نہیں گیا۔ اس میں آلو بخارا خشک سات سے اکیس دانے اور املی 25 سے 50 گرام تک علی الصبح مٹی یا کسی برتن میں حسب منشا پانی میں بھگو کر دن میں تین چار دفعہ مل چھان کر پینے سے ایک دو یوم میں مریض بالکل تندرست ہوجاتا ہے۔ اس میں حسب ضرورت نمک' میٹھا اور برف بھی ملائی جاسکتی ہے۔

دم گھٹ جادو

اس کے اوپر سوار ہوکر اس کے سینے کو دباتی اور سانس کو گھونٹتی ہے جس سے وقتی طور پر سانس کی حرکت بند ہوکر آواز رک جاتی ہے

یہ سحر اس قسم کا ہے کہ اس میں مبتلا شخص کو اکثر و بیشتر بہت زیادہ نیند آتی ہے اور نیند میں مریض کسی بھاری شکل کے انسان' حیوان یا ڈراؤنی شکل والی عجیب و غریب مخلوق کو دیکھتا ہے اور شکل اس کے اوپر سوار ہوکر اس کے سینے کو دباتی اور سانس کو گھونٹتی ہے جس سے وقتی طور پر سانس کی حرکت بند ہوکر آواز رک جاتی ہے نیند میں انسان چیختا چلانا چاہتا ہے مگر باوجود کوشش کے کامیاب نہیں ہوپاتا۔ جونہی وہ شکل سینے کے اوپر سے اپنا وزن ہٹاتی ہے مریض فوراً بیدار ہوجاتا ہے اور بدحواسی کے ساتھ اپنے آپ کو ٹٹولتا ہے اور حیران و سرگرداں ہوتا ہے اس کی کوئی طبی وجوہ بھی نہیں ہوتیں اس سحر کا علاج ذیل کے اعمال سے کیا جاسکتا ہے۔

☆ سورۂ مدثر کی آیات ذیل کو باوضو حالت میں زعفران و مشک سے کسی سفید کاغذ پر لکھیں اور اس پر سورۂ مدثر گیارہ مرتبہ اور درود پاک اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کریں اور اس کو مریض کے گلے میں سیدھے بازو پر باندھیں۔ آیات مبارکہ: یَاَیُّھَا الْمُدَّثِّرُ o قُمْ فَاَنْذِرْ o وَرَبَّکَ فَکَبِّرْ o وَثِیَابَکَ فَطَھِّرْ o وَالرُّجْزَ فَاھْجُرْ o وَلَا تَمْنُنْ تَسْتَکْثِرُ o وَلِرَبِّکَ فَاصْبِرْ o

☆ سورۂ مدثر سات مرتبہ اول و آخر درود شریف گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی بنائیں اور اس پانی کو دن رات میں پانچ مرتبہ **بسم اللہ شافی ورد السحر بحرمتہ ایں سورہ مدثر** پڑھ کر مریض پیئے۔ انشاء اللہ العزیز اکیس یوم کے عمل سے اس بیماری و سحر سے ہمیشہ کیلئے چھٹکارا مل جائیگا۔

ذیل کا عمل بھی بے حد مجرب اور نافع ہے۔

یالطیف کا ورد ہر وقت کرتے رہیں اور 129 مرتبہ یالطیف اول و آخر درود شفا گیارہ گیارہ مرتبہ پڑھ کر پانی دم کرکے دن میں پانچ مرتبہ **بسم اللہ شافی بحرمتہ یالطیف یالطیف** پڑھ کر روزانہ پیا کریں۔ انشاء اللہ العزیز الحکیم اکیس یوم میں ہمیشہ کیلئے اس تکلیف اور سحر سے مکمل نجات مل جائیگی۔ (صفحہ 179)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ''کالی دنیا کالا جادو و ظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں' نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع' آپ کا صدقہ جاریہ)

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

جسم کا سن ہونا ❁ سر میں درد اور قبض ❁ پیپ والے دانے ❁ دائمی نزلہ ❁ ہاتھ پاؤں میں پسینہ ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی کوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

جسم کا سن ہونا

8 سال پہلے جب میں گجرات میں رہتا تھا مجھے یہ بیماری ہوئی تھی کہ میرا جسم سن ہو جاتا تھا۔ کبھی کہیں سے کبھی کہیں سے۔ میں خود روبرو مشورے کیلئے آپ کے مطب میں آیا تھا آپ نے نبض دیکھ کر بکرے کے گوشت کا قورمہ کھانے کا مشورہ دیا تھا جس پر عمل کرنے سے میں بالکل ٹھیک ہو گیا تھا مگر اب دوبارہ پھر اسی تکلیف میں مبتلا ہوں۔ ڈاکٹروں کے ٹیسٹ نارمل ہیں۔ آپ تک پہنچنا مشکل ہے جواب جلد دیں۔ گوشت کے قورمہ سے فائدہ نہیں ہے۔ **(عبدالشکور، کراچی)**

مشورہ: گوشت کا قورمہ ضرور کھائیں مگر دوا بھی کھائیں دوا کا نام اکسیر البدن ہے۔ یہ دوا آپ عبقری دواخانے سے منگوا سکتے ہیں۔ ہلکی پھلکی ورزشیں اور بھاگ دوڑ ضرور کریں۔ کولیسٹرول نارمل ہونا چاہیے۔ ٹھنڈی چیزوں دودھ' دہی لسی' بوتلوں' برف وغیرہ سے پرہیز ضروری ہے۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

سر میں درد اور قبض

میری عمر 28 سال ہے میرے سر میں اکثر درد رہتا ہے' قبض بھی کبھی کبھار ہو جاتی ہے۔ ہلکا ہلکا درد ہر وقت رہتا ہے۔ تقریباً دو سالوں سے یہ درد ہے۔ اس درد کی وجہ سے دماغ اور دور کی نظر بھی کافی کمزور ہے۔ **(عائشہ ظفر، کمالیہ)**

مشورہ: سونف' کوزہ مصری' بادام باریک پیس کر روزانہ رات کو ایک ایک چمچ سادہ پانی سے پھانک لیں۔ تقریباً ایک دو ماہ استعمال کریں۔ نزلہ زکام ہو تو یہ دوا استعمال نہ کریں۔ صبح اٹھنے پر عینک لگائیں اور سوتے وقت اتاریں۔ البتہ وضو' غسل' منہ دھونے کے وقت اتار سکتی ہیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پیپ والے کیل

میرے چہرے پر سخت کیلیں ہیں' جن کو دبانے سے پیپ باہر آجاتی ہے۔ میری جلد بھی بہت چکنی ہے۔ معمولی قبض کی بھی شکایت ہے اور ان دانوں میں درد بھی ہوتا ہے میری عمر 19 سال ہے۔ **(شائستہ، سرگودھا)**

مشورہ: گائے کا گوشت اور زیادہ گرم مصالحہ استعمال نہ کریں۔ ترشی سے پرہیز کریں۔ دیسی اجوائن' تیز پات' گندھک آملہ ہموزن کوٹ چھان کر نصف گرام دن میں تین بار سادہ پانی سے پھانک لیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

دائمی نزلہ

میری عمر 23 سال ہے۔ مجھے بہت پرانا نزلہ ہے جب بھی موسم بدلتا ہے تو اس میں شدت آجاتی ہے۔ شاید یہ دائمی نزلہ ہے۔ **(حبیب عامر، کوئٹہ)**

مشورہ: بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت صبح وشام استعمال کریں۔ ٹھنڈی اور کھٹی چیزوں سے مکمل پرہیز رکھیں۔ دماغی کمزوری کو رفع کرنا ضروری ہے۔ اس کیلئے باقاعدہ علاج کروائیں ورنہ نزلہ زکام ہوتا رہے گا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ہاتھ پاؤں میں پسینہ

میرے ہاتھ پاؤں میں پسینہ بہت آتا ہے' خاص طور پر گرمیوں میں میری عمر 18 سال ہے رنگت بہت صاف ہے جب میں جوتے اتارتا ہوں تو دونوں پاؤں سے ناقابل برداشت بو آتی ہے۔ **(عمیر اکرام، لاہور)**

مشورہ: بند جوتے استعمال نہ کریں' دوپہر اور رات کو غذا کے بعد ایک دو آڑو ضرور کھالیا کریں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

چہرے پر مہاسے

میری عمر 25 سال ہے۔ گرمیوں میں میرے چہرے پر مہاسے نکلتے ہیں جو سردیوں میں خود بخود ختم ہو جاتے ہیں اگر وہ دانے توڑ دوں تو وہاں داغ بن جاتے ہیں اور چہرہ بدنما لگتا ہے۔ **(روبینہ، میرپور)**

مشورہ: شربت نیلوفر ایک اونس' آدھا گلاس پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

میں موٹی ہوتی جا رہی ہوں

میری عمر صرف 18 سال ہے اور میں بہت موٹی ہوتی جا رہی ہوں' کام جلدی کر سکتی ہوں اور نہ جلدی چل سکتی ہوں۔ ہر وقت سستی چھائی رہتی ہے۔ قبض کی بھی شکایت رہتی ہے۔ چہرے پر دانے ہیں اور اب تو رنگ بھی کالا ہو گیا ہے میں چاہتی ہوں کہ سمارٹ اور چاق وچوبند ہو جاؤں۔ **(انیلہ، بنوں)**

مشورہ: صبح وشام دو گھنٹے کی واک بہت ضروری ہے یا کوئی فاسٹ گیم کھیلیں۔ یہی بہترین علاج ہے جو نقصان دہ بھی نہیں۔ موٹاپا کم کرنے کیلئے موٹاپا کورس استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بھاری پن

میرا مسئلہ یہ ہے کہ ایام کی آمد سے پہلے میرا بدن بھاری محسوس ہونے لگتا ہے۔ یہ سلسلہ بڑھتا ہے تو کپڑے بھی تنگ محسوس ہونے لگتے ہیں اور غنودگی طاری رہنے لگتی ہے۔ ایام وقت پر نہ آئیں تو تکلیف بڑھ جاتی ہے۔ پیشاب بھی مقدار میں بہت کم آتا ہے۔ **(عابدہ، پشاور)**

مشورہ: جوہر شفاء مدینہ صبح وشام کھائیں۔ غذا میں کدو' توری' لوکی' مولی' شلجم' گاجر' کھیرا کچا ہوا روٹی سے کھائیں۔ دوا ایام کے دوران نہ کھائیں۔ آرام کیا کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

منہ میں دانے

میری عمر 22 سال ہے۔ دو یا تین ماہ سے منہ میں دانے ہیں۔ سوتے میں منہ سے رال بہتی ہے۔ منہ خشک رہتا ہے۔ زیادہ چلنے پھرنے سے پیٹ میں درد ہو جاتا ہے۔ کھانا کھانے کے بعد پیٹ میں گیس بننا شروع ہو جاتی ہے۔ بھوک بہت کم لگتی ہے۔ کبھی کبھی پیٹ میں مروڑ بھی ہوتے ہیں۔ سر میں بھی ہر وقت درد رہتا ہے۔ چلنے پھرنے سے تھکن محسوس ہوتی ہے۔ کمزوری بہت زیادہ ہو گئی ہے۔ **(عمران، قصور)**

مشورہ: دوپہر رات کو غذا کے بعد ہاضم خاص کھائیں اور رات کو سوتے وقت ستر شفائیں کھائیں۔ انڈا' گوشت' مرچ' مصالحوں سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

ٹانسلز

میری عمر 18 سال ہے میرے ٹانسلز ہر ماہ بڑھ جاتے ہیں۔

سانس لینے میں بہت دشواری ہوتی ہے۔ درد بھی رہتا ہے' ڈاکٹری دوا سے وقتی آرام ملتا ہے چھوڑتے ہی دوبارہ درد شروع ہوجاتی ہے۔ **(عباس' مری)**

مشورہ: احتیاط اور تدبیر ضروری ہے۔ ٹھنڈی اور کھٹی چیزوں سے بالکل پرہیز کریں۔ شربت صدر دو چمچے آدھ کپ تیز گرم پانی میں ملا کر صبح وشام پی لیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ریڑھ کی ہڈی

میری عمر 27 سال ہے۔ پانچ سال قبل میری ریڑھ کی ہڈی میں درد شروع ہوا تھا۔ میں نے ڈاکٹروں سے علاج کروایا لیکن ٹھیک نہیں ہوا۔ ڈاکٹر نے آپریشن کرنے کیلئے کہا اور آپریشن کروایا۔ آپریشن کے بعد درد ختم ہوگیا لیکن اب پانچ چھ ماہ سے یہ درد دوبارہ شروع ہوگیا ہے۔ **(جمشید' شاہدرہ)**

مشورہ: آپ کمر جوڑوں کا درد کورس پابندی سے 3 ماہ استعمال کریں اس کیساتھ کراماتی تیل کی بھی مالش کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

آنتوں اور معدہ کی سوزش

میری عمر 24 سال ہے میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں دیکھنے میں سولہ سال کا لگتا ہوں۔ میرے جسم پر گوشت نہ ہونے کی وجہ سے گال بھی پچکے ہوئے ہیں' آنکھیں بھی اندر ہوگئی ہیں' بال بھی گر رہے ہیں' پیٹ خراب رہتا ہے' کبھی قبض اور کبھی پیچش ہوتی رہتی ہے۔ یہ مسئلہ کئی سالوں سے ہے۔ معدہ ٹھیک کام نہیں کرتا' پیشاب بھی بار بار آتا ہے' پیشاب کرنے کے بعد کبھی کبھی قطرے بھی گرتے ہیں اور مثانہ بھی کمزور ہے۔ اگر کوئی طاقت والی چیز کھالوں تو اسی وقت پیٹ میں مروڑ شروع ہوجاتے ہیں۔ جسم کی ہڈیاں بھی چھوٹی ہیں بڑھتی ہی نہیں۔ دن میں دو تین بار حاجت ہوتی ہے۔ جسم میں بالکل طاقت نہیں۔ مجھے گیس بھی رہتی ہے اور منہ میں چھالے بھی ہوجاتے ہیں۔ برائے مہربانی میرا مسئلہ حل کریں۔ **(شفقت علی' سانگھڑ)**

مشورہ: آپ کا اصل مرض آنتوں اور معدہ کی سوزش ہے۔ فی الحال چار تخم ایک چائے کی چمچی صبح پانی سے پھانکیں۔ شام کو شربت بنفشہ دو اونس پانی میں حل کرکے پئیں۔ مرچ مصالحہ سے پرہیز کریں۔ ساگودانہ' دلیہ' سوجی کا حلوہ' گاجر کا حلوہ' کدو' لوکی' ٹینڈے' شلجم' گاجر بغیر مرچ مصالحہ کے پکا کر روٹی یا کھچڑی سے کھائیں' انشاء اللہ افاقہ ہوگا۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

اولاد نہیں

میری عمر بتیس سال ہے شادی کو تین سال ہوئے ہیں مگر ہمارے ہاں ابھی تک کوئی اولاد نہیں ہوئی بلکہ امید ہی نہیں ہوئی اس کیلئے کوئی نسخہ تحریر کریں۔ **(احمد علی' کوئٹہ)**

مشورہ: آپ پہلے اپنی رپورٹ (میڈیکل چیک اپ) کروائیں یہ رپورٹ مجھے بھجوادیں اس رپورٹ کو دیکھنے کے بعد ہی کوئی رائے دی جاسکتی ہے۔

ہائی بلڈ پریشر

میرے والد صاحب جن کی عمر ساٹھ سال ہے کا اکثر بلڈ پریشر بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے۔ یہ بلڈ پریشر کیا مرض ہے اور اس کا علاج کیا ہے۔ **(تسنیم احمد)**

مشورہ: خون ہمارے جسم کی شریانوں میں ہر وقت رواں دواں رہتا ہے اگر کسی وجہ سے شریانوں میں تنگی آجائے یا خون گاڑھا ہوجائے تو دوران خون کی رفتار بڑھ جاتی ہے کیونکہ اسے رواں دواں رہنے کیلئے زور لگانا پڑتا ہے ایسی صورت کو بلڈ پریشر بڑھ جانا کہا جاتا ہے اگر کمزوری ہو تو دوران سست ہوجاتا ہے جس کو بلڈ پریشر کہا جاتا ہے۔ بلڈ پریشر کا ایک سبب کولیسٹرول کا بڑھ جانا ہوتا ہے مگر ہمارے ہاں زیادہ تر لوگوں کو ڈیپریشن ہے جس کی وجہ سے ان کا بلڈ پریشر بڑھ جاتا ہے اپنے والد صاحب کا کولیسٹرول لیول چیک کروائیں اگر کولیسٹرول لیول نارمل ہو تو پھر اپنے والد صاحب کو عبقری کا بلڈ پریشر کورس چند ماہ مستقل مزاجی سے استعمال کرائیں۔ نمک سے احتیاط کرائیں اور صبح وشام کو کسی پر فضا جگہ پر جاکر سیر کو معمول بنائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بلڈ پریشر پر قابو ہوجائے گا۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بلڈ پریشر کی کمزوری دور کرنے کیلئے

چنے ایک پاؤ' بادام ایک پاؤ' سفید تل ایک پاؤ' کیکر کی گوند آدھ پاؤ' سفید موصلی دس تولے' سفید مصری حسب خواہش' چھوٹی الائچی 6 دانے۔

ان سب چیزوں کو کوٹ کر پھکی بنالیں۔ صبح کے وقت چائے والے تین چمچ کھالیں۔ بلڈ پریشر اور شوگر وغیرہ کی وجہ سے جو جسم میں کمزوری ہوگی وہ دور ہوجائے گی۔ اگر شوگر شدید ہے تو پھر اس نسخے میں سفید مصری نہ ملائیں۔ **(محمد فاران' خان گڑھ)**

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' کھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' ککڑی' بیسن' مونگ کی پتلی دال بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دیسی بیٹھا' پراٹھے' سلاد' امرود' سنگترہ' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آلو بخارا' آڑو' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکنجبین' نمک' بیٹھا' خرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگ' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' چاول کی سلاد' ناریل' مغز' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی' ٹماٹر' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' بونگ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ' سویاں' ساگودانہ' کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک' رس' ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' بند' براؤن بریڈ' بکرے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' ابلا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' بیسن' دلیہ' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' شہد' میٹھا' چیکو' امرود' کھیرا' چھاچھ' کدو' ناریل کا پانی۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

کھیا توری' کھیرا' کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' تھوڑی مقدار میں ڈبل روٹی' سلاد' انار' امرود' پپیتہ' میٹھی' خرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی' خشک تھوڑی مقدار میں' انجیر' خوبانی' روغن زیتون کا تیل' پپیتا' دودھ' چنے بھنے' روغن زیتون' دیسی انڈے کی زردی' چھوٹا مغز

ڈاکٹر کرن شاہد، کراچی

خواتین کی صحت اور حسن کیلئے مفید ٹوٹکے

خوشبو سے علاج میں مختلف پتوں، پھولوں اور جڑی بوٹیوں کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ یہ مریض کو نہ صرف سنگھائے جاتے ہیں بلکہ ان کی مالش بھی کی جاتی ہے۔ یہ بات تصدیق شدہ ہے کہ مختلف قسم کے تیلوں کی مالش سے درد دور ہونے کے علاوہ ان کی خوشبو سے بھی کئی فوائد حاصل ہورہے ہیں

بناؤ سنگھار کی دنیا میں انقلاب آچکا ہے، چہرے کو روشن اور تابندہ رکھنے کیلئے آئے دن جدید سے جدید تر اشیاء اور آلات منڈیوں میں آرہے ہیں لیکن اس کے باوجود ایک بات طے ہے کہ ہزاروں سال پرانے قدرتی اور روایتی طریقے آج بھی اپنی ایک الگ شناخت رکھتے ہیں اور ان کی افادیت میں کسی قسم کی کوئی کمی نہیں آئی۔ ایسی لاتعداد قدرتی جڑی بوٹیاں، تیل اور نباتات موجود ہیں جن کا صحت و خوبصورتی سے گہرا تعلق ہے اور آج بھی لاکھوں خواتین ان سے فائدہ اٹھا رہی ہیں۔

جدید سائنس بھی تسلیم کرتی ہے کہ مختلف قسم کی نباتات، بیجوں اور جڑی بوٹیوں کا استعمال نہ صرف کئی امراض میں فائدہ مند ہے بلکہ ان سے نکالے ہوئے تیل جلد کی خوبصورتی بڑھانے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں جیسے صندل، مہندی، برہمی بوٹی، سیکاکائی، آملہ، ریٹھا، ناریل اور سرسوں وغیرہ کو کئی شیمپوؤں میں کسی نہ کسی شکل میں شامل ضرور کیا جاتا ہے۔

مالش کیوں کی جاتی ہے؟

☆مساج یا مالش سے عضلات مضبوط ہوتے ہیں اور جلد کی عمر بڑھتی ہے۔ ☆جلد پر موجود مضر اجزا کا صفایا ہونے کے ساتھ خون کی گردش کا نظام بھی بہتر ہوتا ہے۔ ☆نہ صرف بال جلد بڑھتے ہیں بلکہ ان کی چمک دمک میں بھی اضافہ ہوجاتا ہے۔ ☆تناؤ اور دباؤ کم ہوتا ہے، ذہنی سکون ملتا ہے اور نیند بہتر ہوتی ہے۔ ☆آنکھوں کی تھکاوٹ دور ہوتی ہے۔ ☆ارتکاز کی صلاحیت میں اضافہ ہوتا ہے اور یادداشت بہتر ہوتی ہے۔

مختلف تیل اور ان کے فائدے

تلوں کا تیل: یہ جسمانی عضلات کو مضبوط بنانے کے علاوہ جلد کو نمی فراہم کرتا ہے جس سے جلد خشک ہونے سے محفوظ رہتی ہے۔ بالخصوص خشک جلد کیلئے بہترین سمجھا جاتا ہے۔

سرسوں کا تیل: یہ جسم کو گرمی بخشتا اور جلد کی صفائی کرتا ہے چونکہ یہ جسمانی حرارت میں اضافہ کرتا ہے اسی لیے اس کی مالش سردیوں میں کی جاتی ہے۔

زیتون کا تیل: عموماً حساس اور نازک جلد کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ تل کے تیل کا بہترین نعم البدل ہے۔

بادام کا تیل: بال بڑھانے اور صحت مند رکھنے میں معاون ہے۔

ناریل کا تیل: سوکھی، روکھی اور پھیکی جلد کو نرم و ملائم اور چمکدار بناتا ہے۔ اسے بہترین موئسچرائزر کی حیثیت حاصل ہے۔ بالوں کیلئے بھی بہت مفید ہے۔ اس سے بال جلد بڑھتے اور صحت مند رہتے ہیں۔ جسم کو متوازن رکھتا ہے۔ اس کی مالش موسم بہار یعنی مارچ اپریل میں کی جاتی ہے۔

خوشبو سے علاج: اس علاج میں مختلف پتوں، پھولوں اور جڑی بوٹیوں کو خاص اہمیت حاصل ہے۔ یہ مریض کو نہ صرف سنگھائے جاتے ہیں بلکہ ان کی مالش بھی کی جاتی ہے۔ یہ بات تصدیق شدہ ہے کہ مختلف قسم کے تیلوں کی مالش سے درد دور ہونے کے علاوہ ان کی خوشبو سے بھی کئی فوائد حاصل ہورہے ہیں۔

جلد کی صفائی: تیل، ہلدی اور بیسن وغیرہ ملا کر ابٹن تیار کیا جاتا ہے جسے بالخصوص شادی بیاہ کے موقع پر لڑکیاں چہرے، گردن، ہاتھوں اور بازوؤں وغیرہ پر کریم کی طرح لگاتی ہیں۔ یوں جلد نرم اور صاف و شفاف ہوجاتی ہے۔ اسی طرح بعض گھرانوں میں شادی کے موقع پر لڑکیاں یاسمین کا تیل، روغن بادام، مونگ پھلی کا تیل، لیموں کے چھلکے اور چٹکی بھر صندل کا سفوف وغیرہ ملا کر آمیزہ بناتی ہیں جسے پورے جسم پر لگانے سے جلد روشن اور صاف ہوجاتی ہے۔

جلد کو صفائی کی ضرورت کیوں؟

قدرتی طور پر چودہ روز بعد جلد میں تبدیلی آتی ہے، یعنی اس کے پرانے خلیے مرجاتے ہیں اور ان کی جگہ نئے خلیے لیتے ہیں۔ اسی لیے جلد کو ہر دو ہفتے بعد صفائی کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ مردہ خلیوں کو جسم سے دور کیا جاسکے۔ چکنی جلد کو تو ہفتے میں ایک یا دوبار صفائی کرنا کافی ہے۔ فی الوقت ایسی کئی کریمیں، ماسک اور موئسچرائزر موجود ہیں جو قدرتی اشیاء سے بنائے گئے ہیں اور ان کا جلد کی صفائی میں اہم کردار ہے جیسے خوبانی وغیرہ کے ماسک بہت معروف ہیں۔

حسن وصحت کے ٹوٹکے

نہار منہ پانی پیجئے، اپنا رنگ نکھارنے کیلئے صبح نہار منہ دو تین گلاس پانی پینا معمول بنالیجئے۔ شروع میں ایک آدھ گلاس پیجئے آہستہ آہستہ آپ کی عادت بن جائیگی۔ اس سے قبض نہیں ہوگی خون پتلا اور صاف ہوگا، دوران خون ٹھیک رہے گا، آنکھوں کی چمک بڑھے گی اور چہرے کی تازگی اور دلکشی میں اضافہ ہوگا۔

صبح کی سیر: اگر ممکن ہو تو صبح کی سیر ضرور کریں۔

آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں کا خاتمہ: رات کو پانچ عدد بادام چبا کر اس طرح کھائیں کہ لعاب دہن بھی ساتھ مل جائے۔ اس کے بعد ایک کپ دودھ بالائی اتار کر پی لیں۔ یوں رنگت نکھرے گی اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے دور نہ ہوئے تو کافی حد تک کم ضرور ہوجائینگے۔

دوپہر کا کھانا: دس بجے ایک سیب کھائیں یا موسم کے اعتبار سے تازہ پھلوں کا رس ایک گلاس پیجئے۔ دوپہر کے کھانے میں ایک چپاتی اور حسب پسند سالن کے ساتھ ایک کھیرا، ایک ٹماٹر اور تھوڑی سی بند گوبھی کی سلاد کھائیں۔ اگر آپ شام کو چائے پینا چاہیں تو اس کیساتھ دو عدد بسکٹ کھائیں۔

رات کا کھانا: ساڑھے آٹھ یا نو بجے رات کا کھانا کھالیں لیکن پیٹ بھر کر نہیں بلکہ تھوڑی سی بھوک رکھ کر کھائیں اور سونے سے پہلے ایک کپ دودھ (بالائی اتار کر) پی لیں۔ کلی کرکے کسی اچھی سی کتاب کا مطالعہ ضرور کریں۔

رنگت نکھارنے کے طریقے

صبح سویرے کچے دودھ کی آدھی پیالی میں بیسن یا ابٹن ڈال کر گاڑھا پیسٹ بنالیں اور چہرے پر لیپ کریں۔ دو منٹ بعد انگلیوں کی پوروں سے نیچے سے اوپر کی جانب آہستہ آہستہ ملیں۔ ابٹن نیچے گرتا جائے یہاں تک کہ چہرہ صاف ہوجائے۔ اب چہرے کو ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ کچے دودھ کی بساند دور کرنے کیلئے ٹالکم پاؤڈر ہتھیلیوں پر مل کر چہرے کو ہاتھوں سے آہستہ آہستہ تھپتھپائیں۔ چہرے کی جلد نرم بلکہ مخملی سفید ہوجائیگی۔

آدھے لیموں کا رس، ہلدی آدھی چمچی اور بیسن دو چمچی ملا کر آمیزہ بنالیں اور اس کا ماسک چہرے پر لگائیں۔ چھائیاں خاصی حد تک ختم ہوجائیں گی۔

سفید تل بھینس کے دودھ میں ڈال کر پیس لیں اور رات سوتے وقت چہرے پر ملیں۔ صبح اٹھ کر کسی اچھے صابن سے منہ دھولیں۔ چھائیاں دور ہوجائیں گی اور چہرہ دھل جائیگا۔ دن میں بھی چہرے کی صفائی کا خاص خیال رکھیں۔ روزانہ پانچ بار منہ دھوئیں۔

کچھ بادام تھوڑے پانی میں بھگو کر رکھ دیں پھر اسی پانی میں بادام پیس لیں۔ یہ آمیزہ رات کو چہرے پر لگائیں اور صبح کسی معیاری صابن سے منہ دھولیں۔

دس تولہ شہد میں ایک لیموں کا رس ملا کر چہرے پر لیپ کیجئے اور پندرہ منٹ بعد دھولیجئے۔ جھریاں ختم ہونے کے علاوہ جلد کے زیادہ کھلے مسام بند ہوجائینگے۔

سب سے اہم بات یہ ہے کہ خوش رہیں خوشی آپ کے چہرے کی رونق کو بڑھا دیتی ہے۔

دعا کی برکت اور منزل کے کمالات

’گھر آئی دو تین دن اور گزرے پورا بازو کالا ہو گیا اور پورے بازو میں تکلیف اور تکلیف بھی ایسی کہ بہو پوری رات تکلیف کی وجہ سے کراہتی اور سو نہیں سکتی تھی۔ پھر ڈاکٹر کے پاس گئے تو اس نے کہا اب پورا بازو کاٹنا پڑے گا

(شعیب ملک‘ ایبٹ آباد)

ہماری ایک دور کی عزیزہ جو کہ ایک بوڑھی خاتون تھیں ایک بار ہمارے گھر آئیں تو انہوں نے اپنا واقعہ سناتے ہوئے بتایا کہ ایک دفعہ میری بہو نے میری کچھ نافرمانی کی اور نافرمانی ایسی کی کہ مجھے بہت غصہ آیا اور میں نے اسے کہا کہ تمہارے ہاتھ پر کالا دانہ نکلے۔ کچھ عرصہ بعد میری بہو ہانڈی پکا رہی تھی کہ گھی کے ڈبہ سے تھوڑا سا کٹ لگ گیا اگلے دن وہ کٹ کالا ہو گیا اور دو تین دن میں پھیل کر پورا ہاتھ کالا ہو گیا اور سخت درد ہونے لگا میں بہو کو لے کر ہسپتال گئی تو ڈاکٹر نے چیک کر کے کچھ ٹیسٹ وغیرہ کیے اور کہا کہ ہاتھ کاٹنا پڑے گا ورنہ یہ زخم پھیل جائے گا۔ میں بھی بہت پریشان اور بہو تو روتے ہوئے چپ ہی نہیں ہو رہی تھی۔ میں نے ڈاکٹر صاحب سے کہا کہ ایسے کریں کچھ دوائی لکھ دیں ہم نے ہاتھ نہیں کٹوانا۔ انہوں نے دوائی لکھ دی لیکن کہا کہ اس کا حل کاٹنا ہی ہے‘ گھر آئی دو تین دن اور گزرے تو پورا بازو کالا ہو گیا اور پورے بازو میں تکلیف اور تکلیف بھی ایسی کہ بہو پوری رات تکلیف کی وجہ سے کراہتی اور سو نہیں سکتی تھی۔ پھر ڈاکٹر کے پاس گئے تو اس نے کہا اب پورا بازو کاٹنا پڑے گا بہو نے کہا مر جاؤں گی‘ بازو نہیں کٹواؤں گی۔ پھر گھر واپس آ گئے میں بہت پریشان‘ بیٹا بھی بہت پریشان کہ اب کیا ہو گا؟

میں نے کہا کہ اب تو ایک ہی در رہ گیا ہے۔ اگلی پوری رات میں اٹھی رہی اور رو رو کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں اس کی طرف سے استغفار بھی کرتی رہی کیونکہ میری بہو میرے بھائی کی بیٹی بھی ہے اور بچپن سے اس کے ساتھ میری محبت بھی تھی تو پوری رات اللہ تعالیٰ سے اس کی شفاء کیلئے دعا کرتی رہی صبح کے وقت ویسے ہی اس کا بازو دیکھنے کیلئے پکڑا تو اس کے بازو سے کالا خون اور پیپ نکلنا شروع ہو گئے اور ایک برتن میں نے اس کے بازو کے نیچے رکھ دیا اور وہ پورا برتن کالے خون اور پیپ سے بھر گیا اس وقت ہم تھوڑا زیادہ پریشان ہوئے لیکن جب تمام پیپ اور خون گندا نکل گیا تو بہو کی تمام تکلیف ٹھیک ہو گئی اور کچھ دنوں بعد بازو کا زخم ٹھیک ہو گیا اور ٹھیک بھی کچھ اس طرح ہوا کہ کبھی کچھ ہوا ہی نہیں۔ میری بہو نے کہا پھوپھی آپ نے ہی بد دعا کی تھی تو قبول ہوئی اور آپ نے ہی دعا کی تو قبول ہوئی۔

منزل پڑھنے سے مشکل دور ہو گئی

(حنا‘ ڈی آئی خان)

یہ واقعہ ہمارے پڑوس میں واقع ایک دکاندار کے ساتھ پیش آیا۔ اسی کی زبانی سنتے ہیں۔ ”ہماری پرچون کی دکان ہے۔ جہاں روزمرہ کے استعمال کی اشیاء باآسانی مل جاتی ہیں۔ بڑے بڑے ریستوران کے لوگوں سے ہمارے کھاتے بنے ہوئے ہیں تو اللہ کے فضل سے کافی آمدن ہو جاتی ہے۔ ہم تین بھائی دکان پر ہوتے ہیں تین وقت تین بھائی علیحدہ علیحدہ بیٹھتے ہیں۔ ایک بار میرے بھائی جس کا نام بلال ہے اس نے کہا کہ دکان کی آج صفائی کرتا ہوں۔

ایک میز جو کہ کافی عرصے سے وہیں پڑی تھی۔ وہاں کافی گند جمع تھا اس نے سوچا اس کو ہٹا کر صفائی کر لوں جیسے ہی اس نے میز ہٹائی وہاں سے ہزار ہزار والے دس نوٹ برآمد ہوئے۔ وہ یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ یہ کہاں سے آئے۔ کیا دیکھتا ہے کہ چوہوں نے وہاں پر پیسے اکٹھے کر رکھے تھے اور اللہ کا کرنا یہ ہوا کہ ان پیسوں کو چوہوں نے کہیں سے بھی نہیں کھایا ہوا تھا۔

بلال اس دوران اپنا گھر بنوا رہا تھا اس کے پاس پیسوں کی کمی تھی تو غیب سے اس کی مدد ہو گئی۔ وہ چوہے اللہ کے حکم سے ان کی پیسوں والی صندوقچی سے ہزار والے نوٹ اٹھا کر لے جاتے رہے اور جب اسے ضرورت پڑی تو اسے مل گئے۔ وہ بہت خوش ہوا۔ اللہ کا شکر ادا کیا اور پیسے لے گیا۔ ماں کو سارا قصہ سنایا تو ماں نے کہا یہ سب منزل اور سورۂ واقعہ کا کمال ہے جو کہ میں روزانہ پڑھتی ہوں۔ منزل نام کی کتاب بہت اچھی ہے۔ یہ ہر آفت‘ مشکلات‘ جنوں بھوتوں اور کئی بیماریوں سے بچاتی ہے۔ روزانہ ایک بار پڑھ لینا ہی کافی ہے۔

منزل میں قرآن مجید کی کئی سورتوں سے آیات اکٹھی کی گئی ہیں جو کہ بہت مجرب ہیں۔ جہاں ہم اتنی ساری مصیبتوں سے محفوظ رہیں اور اس کے پڑھنے سے غیب سے مدد بھی حاصل ہو تو ایک بار پڑھنا کونسی مشکل بات ہے اور سورۂ واقعہ مغرب کے بعد پڑھنی چاہیے۔

غلط فہمی

مولانا وحید الدین خان

ایک شخص شدید غلطی فہمی میں پڑ کر دوسرے شخص کو جان سے مار ڈالے۔ حالانکہ دوسرا شخص بالکل بے قصور ہو

گرم علاقوں میں ایک خاص قسم کا پتنگا پایا جاتا ہے‘ اس کو عام طور پر عبادت گزار مینٹس کہا جاتا ہے زیادہ صحیح طور پر اس کا نام شکاری مینٹس ہونا چاہیے کیونکہ وہ کیڑوں مکوڑوں کا شکار کر کے ان سے اپنی غذا حاصل کرتا ہے۔

ایک شخص نے اپنے گھر میں مختلف قسم کی سبزیاں کاشت کیں۔ ایک دن اس نے دیکھا کہ اس کی کیاری کے اندر بڑے بڑے دوہرے رنگ کے کیڑے موجود ہیں اس کو اندیشہ ہوا کہ یہ میری سبزیوں کو کھائیں گے اس نے فوراً ان دونوں کیڑوں کو مار ڈالا۔

شام کو اس کا ایک دوست اس سے ملنے کیلئے آیا۔ اس نے اپنے دوست سے فاتحانہ انداز میں کہا کہ آج میرے کچن گارڈن میں دو بڑے کیڑے میری سبزیوں کو کھانے کیلئے آئے مگر اس سے پہلے کہ وہ میری سبزیوں کو کھاتے میں نے انہیں ختم کر دیا۔

اس کے دوست نے اس سے کہا کیا اب بھی وہ کیڑے موجود ہیں کہ میں انہیں دیکھوں۔ اس کے بعد آدمی نے اپنے دوست کو دونوں کیڑے دکھائے دوست نے کہا تم نے تو بڑی نادانی کی تم جانتے نہیں یہ تو مینٹس ہے اور مینٹس سبزی خور کیڑا نہیں وہ تو مسلمہ طور پر ایک گوشت خور کیڑا ہے وہ یہاں قدرت کی طرف سے تمہاری مدد کیلئے آیا تھا اس کی فطرت کے خلاف تھا کہ وہ کسی سبزی کو کھائے۔ وہ صرف ان کیڑوں کو کھاتا جو سبزیوں کو نقصان پہنچاتے ہیں اور جن کو ختم کرنا تمہارے لیے سخت مشکل ہے۔ تم نے اپنے ایک قیمتی چوکیدار کو مار ڈالا۔

یہ ایک مثال ہے جس سے اندازہ ہوتا ہے کہ غلط فہمی کسی آدمی کو کتنی بڑی بڑی کوتاہیوں میں مبتلا کر سکتی ہے حتیٰ کہ یہ بھی ممکن ہے کہ ایک شخص شدید غلطی فہمی میں پڑ کر دوسرے شخص کو جان سے مار ڈالے۔ حالانکہ دوسرا شخص بالکل بے قصور ہو۔ انسان ایک آدمی کو بے عزت کرنے پر تل جائے حالانکہ حقیقت میں وہ شخص ایسا نہ ہو

اسی لیے شریعت میں یہ حکم ہے کہ رائے قائم کرنے یا کسی کے خلاف اقدام کرنے سے پہلے اس کے معاملہ کی پوری تحقیق کرو۔ ایسا ہرگز مت کرو کہ کسی کے خلاف ایک خبر سنو اور فوراً اس کو مان لو اور اس کیخلاف ایک برا اقدام کر بیٹھو۔ عین ممکن ہے کہ تحقیق کے بعد تم کو معلوم ہو کہ جو خبر تم کو پہنچی تھی وہ خبر سراسر غلط اور بے بنیاد تھی۔

ڈاکٹر زاہد، لاہور

ازدواجی خوشگوار تعلقات کیسے؟

اکثر ماہرین تسلیم کرتے ہیں کہ کام کا دباؤ جنسی خواہش کو دبانے یا کم کرنے کا سب سے بڑا سبب ہے۔ مرد عموماً جنس کو تفریح اور رنگ رلی خیال کرتے ہیں جبکہ عورتیں جنس کو ایسی سرگرمی سمجھتی ہیں جس میں ان کو اپنی بہترین کارکردگی دکھانی پڑتی ہے۔

لوگوں کو ایک عام شکایت یہ رہتی ہے کہ جسم ان کی جنسی خواہشات کا ساتھ نہیں دیتا۔ وہ زیادہ سرگرمیاں چاہتے ہیں۔ جسم ان کو روک لیتا ہے۔ ہماری روایتی طب کا سب سے بڑا مسئلہ بعض لوگوں کے نزدیک جنسی اعضاء کو نئی زندگی اور نئی قوت عطا کرنے والی دوائیں تیار کرنا رہا ہے۔ صدیوں سے ان گنت حکیم اور سنیاسی اس قسم کی دوائیں تیار کرنے یا جڑی بوٹیاں ڈھونڈنے کے ڈھول بجاتے رہے ہیں۔ بادشاہ اور امراء ہر زمانے میں ان کی سرپرستی کرتے رہے ہیں۔ مغربی دنیا میں بھی قوت بخش ادویات کی تیاری پر توجہ دی جاتی رہی ہے۔

اب کچھ عرصے سے ایک نئی قسم کی جنسی شکایت کا چرچا ہونے لگا ہے۔ اس کو آپ ازدواجی رُکھائی یا بے نیازی کا نام دے سکتے ہیں۔ بہت سے لوگ اور خاص طور پر عورتیں یہ شکایت کرنے لگی ہیں کہ جنس میں ان کی دلچسپی اور رغبت ختم ہورہی ہے۔ وہ ازدواجی خواہش سے محروم ہورہی ہیں' کبھی کبھار کوئی خواہش بیدار ہو تو بھی اس میں کوئی شدت نہیں ہوتی۔ ازدواجی عمل ان کیلئے روکھا پھیکا اور بے لطف بن کر رہ گیا ہے۔ بڑے شہروں میں یہ شکایت دیہی اور قصباتی علاقوں کے مقابلے میں بہت زیادہ ہے۔

یہ نیا مسئلہ تشویش' کھچاؤ' بوریت' اضطراب' توجہ کے انتشار زندگی کے غیر ضروری بوجھ' مصروفیات کے انبار اور ذہنی پریشانیوں کی وجہ سے پیدا ہورہا ہے۔ گویا غیر فطری زندگی نے اس روگ کو جنم دیا ہے اس کے سبب ازدواجی زندگی متاثر ہورہی ہے۔

عام طور پر میاں بیوی دونوں بیک وقت جنسی رُکھائی کا شکار نہیں ہوتے۔ فرض کیجئے کہ ایسا ہوجائے تو بھی ازدواجی زندگی میں بے رخی اور بے نیازی پیدا ہوتی ہے اگر میاں بیوی میں سے کوئی ایک اس روگ کی زد میں آجائے تو لازمی طور پر الجھنیں پیدا ہوتی ہیں جو فطری اور خوشگوار انداز میں ازدواجی زندگی بسر کرنے کو کم و بیش ناممکن بنادیتی ہے۔ لہٰذا اس مضمون میں ہم اس مسئلے کو نظر انداز نہیں کرسکتے۔ ہم کو اس کا حل تلاش کرنا ہوگا۔

معالجین کا کہنا ہے کہ جنس کے جسمانی پہلو سے تعلق رکھنے والے مسائل کو حل کرنا آسان ہے مگر ازدواجی رُکھائی بنیادی طور پر نفسیاتی مسئلہ ہے لہٰذا یہ زیادہ پیچیدہ ہے۔ بہرحال اس حوالے سے بنیادی سوال یہ ہے کہ ازدواجی خواہش یا تحریک کو کس طرح بیدار کیا جاسکتا ہے؟ جب ازدواجی زندگی بے کیف ہوجائے اور خواہش ختم ہونے لگے تو پھر اس میں نئی روح کس طرح پھونکی جاسکتی ہے اور دوبارہ کس طرح لطف اندوز ہوا جاسکتا ہے؟

کئی سال پہلے جنسی امور کے شہرہ آفاق مغربی ماہر ڈاکٹر ولیم ماسٹرز نے اس کا ایک سیدھا سادا جواب دیا تھا۔ انہوں نے کہا تھا کہ خواہش کی کمی کو دور کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ لوگوں کو ایک نیا خیال دیا جائے۔ ان کو ایک نیا طرز حیات اختیار کرنے پر آمادہ کیا جائے۔

دباؤ دور کیجئے!: اکثر ماہرین تسلیم کرتے ہیں کہ کام کا دباؤ ازدواجی خواہش کو دبانے یا کم کرنے کا سب سے بڑا سبب ہے۔ مرد عموماً جنس کو تفریح خیال کرتے ہیں جبکہ عورتیں جنس کو ایسی سرگرمی سمجھتی ہیں جس میں ان کو اپنی بہترین کارکردگی دکھانی پڑتی ہے۔ مستقل تھکن' غیر ضروری مصروفیت' کام کی زیادتی اور جذبات کی کمی کے باعث اکثر لوگ اور خاص طور پر عورتیں اس اضافی توانائی سے محروم ہوجاتی ہیں جو صحت مند ازدواجی سرگرمی اور لطف اٹھانے کیلئے ضروری ہوتی ہے۔

ہمارے معاشرے میں بہت سے جوڑے فرائض کے پہاڑ تلے دبے رہتے ہیں۔ معیار زندگی کو بلند کرنے کی پاگل دوڑ نے بہت سے لوگوں کو فطری تقاضوں پر مناسب توجہ دینے سے روک دیا ہے۔ ان کو اپنے آپ کو بنانے سنوارنے اور جسم کیلئے فرصت ملتی ہے اور نہ ہی وہ اس کو اہمیت دیتے ہیں۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ وقت کے ساتھ ساتھ ان کی ازدواجی خواہش معدوم ہونے لگتی ہے۔

اکثر لوگ اس غلط فہمی میں مبتلا ہوتے ہیں کہ ازدواجی خواہش چونکہ بھوک پیاس کی طرح بنیادی ضرورت ہے۔ لہٰذا وہ ختم ہوتی ہے اور نہ ہی کمزور پڑتی ہے مگر ایسا نہیں ہے جنس کو نظر انداز کرنے والے جوڑوں کو اپنی غلطی کا احساس عموماً دیر سے ہوتا ہے۔ تب بہت سا وقت ہاتھ سے نکل چکا ہوتا ہے۔

بعض عورتیں اور مرد جنسی صلاحیت میں کسی خامی کے باعث بھی ازدواجی تعلق سے بے زار ہوجاتے ہیں۔ اس کی ایک مثال یہ ہے کہ بعض عورتوں کو زندگی میں کبھی انزال کا تجربہ نہیں ہوتا۔ شادی کے ابتدائی زمانے میں وہ انزال کے مرحلے تک پہنچنے کیلئے ہاتھ پاؤں مارتی ہیں لیکن مسلسل ناکام رہنے کی وجہ سے وہ اس ساری جدوجہد سے مایوس ہوجاتی ہیں وقت کے ساتھ ساتھ یہ مایوسی بے نیازی کا رنگ اختیار کرنے لگتی ہے۔

جبر کو ختم کیجئے

عورتوں میں ازدواجی تحریک کے کمزور ہونے کی ایک اور وجہ خاص طور پر ہمارے معاشرے میں یہ ہے کہ جنس ان کیلئے مساوی شراکت کا موقع مہیا نہیں کرتی۔ جب ان کا اپنا جی چاہے تو وہ اظہار نہیں کرسکتیں۔ گویا ازدواجی تعلق کو ان فرائض میں شامل کرلیا گیا ہے جن کو شوہر کے حکم پر پورا کرنا لازمی سمجھا جاتا ہے۔ اس طرح یہ تعلق اوپر سے ٹھونسا جانے والا حکم بن جاتی ہے۔ لہٰذا کئی عورتیں لاشعوری طور پر اس سے متنفر ہوجاتی ہیں۔

ازدواجی تعلق سازگار ماحول چاہتا ہے۔ میاں بیوی سازگار ماحول نہ بناسکیں تو جنس لطف و مسرت کا سرچشمہ نہیں رہتی۔ اسی طرح اگر فرد کی زندگی مسلسل ناکامیاں مایوسیوں اور حسرتوں کا شکار ہوجائے تو ان کا منحوس سایہ ازدواجی تعلق پر بھی پڑتا ہے اور فرد آہستہ آہستہ رُکھائی کا شکار ہونے لگتا ہے۔

نفسیات کے ایک ماہر نے لکھا ہے کہ مباشرت کے دوران لوگوں کے ذہن میں مختلف قسم کے خیالات اور احساسات ابھرتے ہیں اگر یہ احساسات اور خیالات مسلسل منفی قسم کے رہیں یعنی ان کا تعلق زندگی کی تلخیوں' ناکامیوں' محرومیوں اور حسرتوں سے ہو تو پھر وہ جنس سے بیزاری پیدا کرنے لگتے ہیں اور ازدواجی تحریک کو کمزور کردیتے ہیں ان خیالات و احساسات پر قابو پاکر آپ ازدواجی رکھائی کو کم کرسکتے ہیں۔ اچھی خبر یہ ہے کہ ازدواجی رکھائی عموماً عارضی ہوتی ہے جب اس کو پیدا کرنے والا سبب ختم ہوجائے تو ساتھ ہی رُکھائی رخصت ہوجاتی ہے۔

ہاضمے کی کمزوری کیلئے

ایک درمیانہ آم لے کر اس کا رس نکال لیں پھر اس میں چوتھائی چمچ سونٹھ پیس کر ملالیں۔ روزانہ صبح کے وقت پئیں۔ ہاضمے کی کمزوری دور ہوجائے گی' مگر علاج چالیس روز تک جاری رکھنا ہوگا۔ **(ناصر خان' پشاور)**

صبح کی عبادت کے لازوال اثرات

صبح کی عبادت جیسا کہ نیچر نے بڑی عمدگی سے وضاحت کی ہے وہ کلید ہے جو لامتناہی خزانے کھول دیتی ہے۔ سورج کے طلوع ہونے سے قبل ایک عام انسان کو ایک طویل اور پرسکون یا مختصر اور بےکل نیند کے بعد ایک مختصر اور تیز حرکت کی ضرورت ہے

''پس اللہ کی تسبیح بیان کرو طلوع شمس سے پہلے اور سورج غروب ہونے سے اور رات ہونے پر اور دن کے کناروں پر'' **(القرآن)**

انسانی زندگی کا تعلق مظاہراتی دنیا اور جسمانی اعضاء سے ہے جسمانی اعضاء کو طاقت پہنچانے کیلئے انسان ایسے کام کرتا ہے جس سے مظاہراتی دنیا کا آرام و آسائش مہیا ہوتا ہے۔ اللہ پاک نے دن کو کسب معاش کیلئے بنایا ہے تاکہ بندہ مقررہ اوقات میں محنت مزدوری کرکے زندگی آرام و آسائش سے گزارے۔ فجر کی نماز ادا کرکے دراصل اس بات کا اقرار کرتا ہے کہ اللہ پاک نے ہمیں آدھی موت سے دوبارہ زندگی دی ہے۔ ہمیں اس قابل بنایا کہ ہم اپنے جسمانی تقاضوں کو پورا کرنے کیلئے جدوجہد اور کوشش کریں۔ فجر کی نماز ادا کرنے میں جہاں اللہ پاک کے شکر کی ادائیگی ہے وہاں ذہن کو اس طرف متوجہ کرنا بھی ہے کہ اللہ پاک رازق ہے۔ اس نے ہی ہمارے لیے وسائل پیدا کیے ہیں اور ہمیں اتنی قوت عطا کی ہے کہ اللہ کی زمین پر اپنا رزق تلاش کریں اور باعزت زندگی گزاریں۔ اس کے علاوہ جسمانی اور روحانی طور پر جو فوائد حاصل ہوتے ہیں وہ یہ ہیں:۔

☆ صحتمند شعاعوں سے ہمارے اندر طاقت اور انرجی پیدا ہوجاتی ہے۔ ☆ ان شعاعوں کے اندر وہ تمام حیاتین وافر مقدار میں موجود ہوتے ہیں جو زندگی کو برقرار رکھنے میں اہم کردار انجام دیتے ہیں۔ ☆ نمازی جب گھر کی چاردیواری اور بند کمروں سے نکل کر کھلی ہوا اور صاف روشنی میں آتا ہے تو اس کو سانس لینے کیلئے صاف فضا میسر آتی ہے۔ فضا اور ہوا صاف ہو تو تندرستی قائم رہتی ہے۔ خواتین کیلئے گھر کے آنگن اور مردوں کیلئے مسجدیں تازہ ہوا اور روشنی فراہم کرتی ہیں۔

☆ زندگی کو قائم رکھنے کیلئے بنیادی چیزوں میں صاف ہوا اور روشنی کو بہت زیادہ اہمیت حاصل ہے۔ اگر آدمی کچھ عرصہ ہوا اور روشنی سے محروم رہے تو اس کی جان کو طرح طرح کے روگ لگ جاتے ہیں اور دق اور سل جیسی خطرناک بیماریوں میں مبتلا ہوجاتا ہے۔ ☆ فجر کی نماز قدرت کا فیضان عام ہے کہ اس پروگرام پر عمل کرکے بغیر کسی خاص جدوجہد کے تازہ ہوا اور روشنی سے مستفید ہوتا رہتا ہے اور متعدی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔ صبح سویرے پرندوں کے ترانے چڑیوں کی چوں چوں' چوپاؤں کی خراماں خراماں مستانہ وار زمین پر چلنا اس بات کا اظہار ہے کہ سب خوش ہیں اور اللہ کی تسبیح بیان کرتے ہیں اور شکر کرتے ہیں کہ اللہ پاک نے انہیں رزق تلاش کرنے کیلئے از سر نو انرجی اور قوت عطا کی ہے۔

فجر کی نماز ادا کرنے والا بندہ دوسری مخلوق کے ساتھ عبادت اور تسبیح میں مشغول ہوتا ہے تو دنیا کا پورا ماحول مصفی مجلی اور پرنور ہوجاتا ہے اور ماحول کی اس پاکیزگی سے انسان کو روحانی اور جسمانی مسرت نصیب ہوتی ہے۔

صبح کی نماز پر جدید تحقیق

علی الصبح عبادت وہ کلید ہے جو اللہ کی رحمتوں اور فضائل کے خزانوں کو کھولتی ہے' شام کی عبادت وہ کنجی ہے جو ہمیں اللہ کی پناہ میں لے آتی اور محفوظ کردیتی ہے۔ **(ایچ ڈبلیو بیچر)**

ہم اکثر لوگوں کو یہ کہتے ہوئے سنتے ہیں کہ رکعتوں کی تعداد اور اوقات کے بارے میں اتنی سخت جمعیت بندی کی آخر کیا ضرورت ہے؟ دنیا میں کہیں بھی' کسی ضابطہ کے نفاذ کے مؤثر ہونے کیلئے یہ ضروری ہے کہ سب سے بڑی مجلس قانون نے اس کی منظوری دی ہو۔ ٹھیک اسی طرح پروردگار نے اسلام کی ایک ضروری عبادت کے طور پر نماز کا حکم صادر فرمایا ہے۔

صبح کی عبادت جیسا کہ نیچر نے بڑی عمدگی سے وضاحت کی ہے وہ کلید ہے جو لامتناہی خزانے کھول دیتی ہے۔ سورج کے طلوع ہونے سے قبل ایک عام انسان کو ایک طویل اور پرسکون یا مختصر اور بےکل نیند کے بعد ایک مختصر اور تیز حرکت کی ضرورت ہے' جو فوری طور پر چاق و چوبند کردے اور اسے متحرک بنادے اور اسی لیے صبح کی نماز صرف دو رکعت سنت اور دو رکعت فرض پر مشتمل ہے۔ اسے پابندی سے ادا کیجئے اور اس کا نتیجہ خود دیکھ لیجئے مجھے یقین ہے اس کے بعد متحدہ تک فوقیت پہنچے گی۔

سنت نبویؐ اور جدید سائنسی تحقیقات کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

ایک بہن' پوشیدہ

اصلاحی کیفیت

ایک طرف میرے پیر و مرشد پیر مہر علی شاہ رحمۃ اللہ علیہ تھے ان کی دوسری طرف آپ کا روشن چہرہ مبارک نظر آیا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھ گنہگار اور عاجز سی بندی کو یہ شرف حاصل ہوا کہ میں نے آپ سے ملاقات کی۔ آپ کو ملنے کے بعد میرا سویا ہوا ضمیر بیدار ہوا اور مجھ میں یہ ہمت پیدا ہوئی کہ آپ کے نام تحریر لکھ سکوں۔

یہ تحریر یا واقعہ جو میں بیان کررہی ہوں وہ میرا ذاتی واقعہ ہے۔ میں آج آپ کو ایک حسین اور دلکش خواب سنانے جارہی ہوں۔ ہوا کچھ ایسے کہ میں نے رات کو خواب دیکھا کہ میں باجی کے گھر ہوں اور ان کی چھت سے جب میں نے آسمان کی طرف دیکھا تو کیا دیکھتی ہوں کہ ایک طرف پیر مہر علی شاہ رحمۃ اللہ علیہ تھے اور ان کی دوسری طرف آپ کا روشن چہرہ مبارک نظر آیا۔

ساتھ میں ایک اور حضرت بھی ہیں جنہیں میں پہچان نہیں سکی۔ آپ پیر صاحب کے ساتھ ہیں اور نعت رسول مقبول ﷺ پڑھ رہے ہیں۔ میرے ہمسائے بھائی سے میں نے کہا کہ آسمان پر کتنا حسین نظارہ آپ کو نظر آرہا ہے تو وہ مجھ سے کہتے ہیں کہ میں چھت پر جاکر دیکھتا ہوں مجھے صاف نظر آنے لگا اور میں اسی کشمکش میں ہوں کہ یہ حقیقت ہے کہ خواب۔ بس اتنے میں میری آنکھ کھل گئی۔ میں تو شکرگزار ہوں کہ اللہ عزوجل نے مجھ پر اتنا کرم کیا کہ اب میری زندگی میں اعمال آگئے ہیں اور اپنی اصلاح کی فکر لگ گئی ہے اور اپنے ساتھ ساتھ دوسروں کو بھی دین کی زندگی کی طرف لانے کا شوق بڑھ رہا ہے۔

موتیا کی بیماری دور کریں

اگر آنکھوں سے پانی آرہا ہو یا موتیا اتر رہا ہو تو تین سے چار جامن کی گٹھلیاں خشک کرکے پیس لیں اور اس کا سفوف صبح و شام تقریباً چوتھائی گلاس پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ جامن کی گٹھلی ہم وزن شہد میں ملا کر پیسٹ بنالیں پھر سلائی کی مدد سے صبح شام آنکھوں میں لگائیں۔ اس آسان سی دوائی سے موتیا کی بیماری ٹھیک ہوجاتی ہے۔ **(عائشہ حبیب' لاہور)**

دولت صرف تن کیلئے، من کیلئے نہیں

چنانچہ ایک روز حضرت عیسیٰ علیہ السلام جنگل میں جا رہے تھے کہ دور سے ایک خوبصورت اور چمکدار برقعہ پوش عورت نظر آئی۔ آپ کو خیال آیا کہ ایسے حسین زرق برق برقعہ میں کوئی خوبصورت ماہ جبیں قسم کی عورت ہوگی

(عبدالغفور نقشبندی، بنوں)

اللہ تعالیٰ کا فرمان ہے قل متاع الدنیا قلیل

دنیا کی حقیقت پر اگر غور کیا جائے تو یہ بمع جملہ سامان عیش و عشرت ایک بہت ہی حقیر اور ذلیل چیز ہے۔ حدیث میں آیا ہے کہ اللہ تعالیٰ کے نزدیک دنیا کی حقیقت مچھر کے پر سے بھی کم اور حقیر ہے۔ دولت دنیا کو اکٹھا کرنے والے بے آرام، بےسکون ہوتے ہیں۔ ان کو عالی شان محل، آرام دہ بستر بھی سکون کی نیند نہیں دے سکتے کیونکہ ان کے دل دین کی دولت سے خالی ہوتے ہیں۔

اس کے برعکس غریب مزدور کے دل میں خدا کی یاد ہے، ٹوٹی پھوٹی چارپائی پر سکون کی نیند سو کر ایک کروٹ میں رات گزار دیتا ہے کیونکہ دولت ذہنی سکون کا باعث نہیں بن سکتی۔

حضرت عیسیٰ علیہ السلام نے ایک دن اللہ تعالیٰ سے التجا کی کہ مجھے دنیا کو اپنی اصلی صورت میں دیکھا دے۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا کہ عنقریب دنیا کی اصلی شکل دکھا دونگا۔ چنانچہ ایک روز حضرت عیسیٰ علیہ السلام جنگل میں جا رہے تھے کہ دور سے ایک خوبصورت اور چمکدار برقعہ پوش عورت نظر آئی۔ آپ کو خیال آیا کہ ایسے حسین زرق برق برقعہ میں کوئی خوبصورت ماہ جبیں قسم کی عورت ہوگی مگر قریب آ کر جب اس نے نقاب اٹھایا تو نہایت مکروہ اور بدشکل اور ڈراونی سیاہ فام عورت تھی۔

آپ علیہ السلام نے پوچھا کہ بدبخت تو کون ہے اس نے کہا کہ میں دنیا ہوں۔ آپ نے حیرانی سے پوچھا کہ تیرا یہ زرق برق لباس!! اس نے کہا کہ اسی سے تو میں فریب دیکر انسانوں کو اپنا غلام بناتی ہوں۔ پھر اپنا ایک ہاتھ دکھایا ہاتھ پر مہندی اور دوسرے پر خون لگا ہوا تھا۔ کہنے لگی مہندی والے ہاتھ سے شادی کرتی ہوں اور خون والے ہاتھ سے قتل کرتی ہوں۔ جو میرے جال میں پھنس جاتا ہے اس کو جانے نہیں دیتی لیکن جس کے دل میں خدا کی یاد آباد ہے وہ مجھے قریب نہیں آنے دیتے۔ چند ایک مال دار انسانوں کا تعارف ملاحظہ فرمائیں۔

شاہ روغن راک فیلر: جس کی دولت کا کوئی اندازہ نہیں تھا۔ پیٹ کی بیماری میں ایسا مبتلا تھا کہ کہتا تھا کہ ایک وقت پیٹ بھر کے کھانے کی حسرت رکھتا ہوں اس کے بدلے ساری دولت دینے کو تیار ہوں۔

ہنری فورڈ: امریکی موٹر کمپنی کا مالک تھا جس کی دولت قارون سے بھی زیادہ تھی جو معمولی غذا کے علاوہ کچھ نہیں کھاتا تھا۔ اس کا کہنا تھا کہ دنیا کی لذت دولت سے نہیں خریدی جاسکتی۔

مسٹر ایڈورکریس: امریکی بہت بڑا دولت مند ہے جو کہتا ہے کہ میں نے دو تین بار دنیا کا چکر لگایا مگر اتنی دولت دل کو سکون نہ دے سکی۔

جے ہرتو وائٹ مارگن: جو دنیا کے سب سے بڑے خزانے کا مالک تھا مگر روٹی پانی میں حل کر کے پیتا تھا۔

ہرپوسٹر: نیویارک کا کروڑ پتی انسان تھا جس کی بیوی دنیا کی حسین ترین عورت تھی۔ شوہر دولت میں یکتا تھا اور بیوی حسن میں یکتا لیکن ذہنی طور پر اتنے بےسکون تھے کہ 1926ء میں دونوں نے خودکشی کر لی۔

ابراہیم ادھم، احمد شاہ کرمانی، عبدالحمید حاکم جیسی ہستیاں جن کے دل خدا کی طرف مائل ہوئے تو سلطنت جیسی عیش و آرام کو ٹھکرا کر بوریا کے لباس اور فاقہ کو اپنایا اور وہ خداوند کریم کی برگزیدہ ہستیاں بن گئے۔ یہ تمام سچے واقعات ہیں حقیقی راحت کی اگر تلاش اور تمنا ہے اور تمام تجربات کر کے تھک ہار گئے ہیں تو خدا کی یاد کو دل میں بسا کر فقر کی طرف آجائیں دل کو سکون میسر آجائے گا۔

پیسہ ضرورت ہے لیکن.........!

(ثمینہ واصف، راولپنڈی)

پیسے کی ضرورت و اہمیت سے بھلا کون انکار کرسکتا ہے؟ بظاہر پیسہ ہی وہ ذریعہ ہے جس سے ہم زندگی کی بنیادی ضرورتیں پوری کر سکتے ہیں، پیسہ ہی ہمیں روٹی کپڑا اور مکان فراہم کرسکتا ہے۔ مال و دولت کی محبت اور بعض معنوں میں ہوس جہاں خون کے رشتوں میں دراڑ ڈال دیتی ہے وہاں میاں بیوی کے تعلقات میں بھی کشیدگی دیکھی جاسکتی ہے۔ ایسے واقعات ہمارے معاشرے میں عام ہیں کہ مالی پریشانی یا تنگدستی کے سبب شوہر اور بیوی کے درمیان زبردست لڑائی جھگڑے شروع ہوگئے اور نوبت مار پیٹ تک جاپہنچی جس کا انجام علیحدگی پر ہی ہوتا ہے یا تو شوہر تنگ آ کر طلاق دیتا ہے یا بیوی خلع کیلئے عدالت کا دروازہ کھٹکھٹا دیتی ہے۔

میاں بیوی کا رشتہ پیار و محبت، دوستی، اعتماد اور ایک دوسرے کو سمجھنے کا نام ہے۔ یہ جتنا مضبوط دکھائی دیتا ہے درحقیقت اتنا ہی نازک اور کمزور بھی ہوتا ہے۔ مذہبی اعتبار سے اس رشتے کا آغاز نکاح کی چند آیات اور ایجاب و قبول سے ہوتا ہے اور اس کا اختتام محض تین لفظوں پر ہو جاتا ہے۔ ازدواجی رشتہ میاں بیوی کے لیے بہت پائیدار اور پرمسرت ہوسکتا ہے اگر دونوں میں ایک دوسرے کیلئے پیار، ایثار اور قربانی کے جذبات موجود ہوں کیونکہ جب رشتوں میں پیسہ اور امارت ہی بنیاد ہو تو پیسے کی کمی انہیں کسی بھی وقت ختم کر ڈالتی ہے۔ پیسہ انسان کی ضرورت ہے لیکن سب کچھ نہیں ہے۔ اسے اپنی کمزوری نہ بننے دیں کہ زندگی میں اتار چڑھاؤ تو آتے ہی رہتے ہیں اور یہ بات ہمہ وقت ذہن میں رہے کہ دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا شخص ہو جس نے دکھوں کا سامنا نہ کیا ہو۔ آج کل ہر شخص مہنگائی کا رونا رو رہا ہے جس سے شادی شدہ لوگ ظاہر ہے کہ زیادہ متاثر ہیں جن کیلئے ضروریات زندگی کا حصول اور بچوں کی پرورش اور تعلیم ایک مسئلہ بن چکی ہے فی زمانہ دکھاوا اور بناوٹ بھی زیادہ ہے جس کی وجہ سے مرد حضرات مزید برباد ہو رہے ہیں اور حیرت نہ کریں بہت سارے مرد اب شادی کے نام سے بھی کترانے لگے ہیں۔ شوہر حضرات اپنی بیوی اور بچوں کی ضروریات پورا کرنے کی غرض سے بھرپور محنت کوشش اور جدوجہد کریں لیکن محض پیسے کے بل پر نہ تو کسی رشتے کی عمارت کھڑی کریں اور نہ اس بنیاد پر اسے گرا دیں۔ دعا یہ کرتے رہنا چاہیے کہ اللہ پاک اتنا آسودہ حال کر دے کہ کسی کے آگے ہاتھ پھیلانا نہ پڑے اور زندگی کے معاملات آسانی کے ساتھ چلتے رہیں۔

کامیاب رشتوں کیلئے ضروری ہے کہ ہم زندگی سے مصنوعی پن کو ختم کر کے حقائق پر غور کریں بناوٹ اور دکھاوے سے پرہیز کریں اور دوسروں کی دیکھا دیکھی کسی عمل کو کرنے سے گریز کرتے ہوئے قناعت پسندی کا وصف پیدا کریں۔ صبر اور شکر کو شعار بنانے والے کبھی ناخوش نہیں رہتے۔ خواتین کو چاہیے کہ وہ دستیاب وسائل کے تحت زندگی گزارنے کا گُر سیکھیں اور اپنے گھر کو بنانے اور سنوارنے پر پوری توجہ دیں۔ اپنے جیون ساتھی سے محض اس لیے اختلاف نہ کریں کہ وہ مالی اعتبار سے کمزور ہے یا آپ کی بے جا خواہشات کو پورا نہیں کرسکتا۔ اس کا ہر حال میں ساتھ دیں اور جس حد تک ممکن ہو مالی مشکلات میں اس کی مدد کریں اور اس کی ہمت اور حوصلہ بڑھائیں نہ کہ بے جا خواہشات اور فرمائشیں کر کے اس کی پریشانیوں میں اضافہ کیا جائے۔ میرا مشورہ یہ ہے کہ رہن سہن سے لے کر بات چیت تک میں سادگی اپنائیے کہ یہی خوش و خرم زندگی کا راز ہے۔

مجوسی کی صلہ رحمی اور حضور ﷺ کا پیغام

منور اقبال، جھنگ

آپ ﷺ نے پھر وہی ارشاد فرمایا کہ فلاں مجوسی کو جا کر میرا اسلام کہنا اور یہ بھی بتا دیں کہ جنت میں اس کا مکان میرے محل کے ساتھ ہوگا اس کا نام اور شکل بھی دکھائی۔ حضرت عبداللہ مبارک پھر سوچنے لگے کہ میں کوئی دلیل پوچھوں پھر آنکھ کھل گئی

حضرت عبداللہ ابن مبارک رحمۃ اللہ علیہ بہت بڑے محدث ہیں ایک مرتبہ حج کو تشریف لے گئے مقام ابراہیم پر بیٹھے ہوئے تھے کہ نیند آ گئی خواب میں حضور سرور کونین ﷺ کی زیارت ہوئی آپ ﷺ نے فرمایا اے عبداللہ رحمۃ اللہ علیہ اگر تیرا بغداد کو جانا ہوا تو وہاں پر اس نام کا مجوسی ہے جس کی عمر 140 سال ہے' آنکھوں کے پپوٹے بھی نیچے گر رہے ہیں جس کو اس نے دھاگے سے اوپر باندھا ہوا ہے اور اس کی شکل بھی دکھائی دی کہ یہ اس کی شکل ہے اور یہ فرمایا اس کو جا کر میرا سلام کہنا اور یہ کہ جنت میں اس کا مکان میرے محل کے ساتھ ہوگا اور یہ فرمایا کہ یہ بات تمہیں میں کہہ رہا ہوں' شیطان میری شکل میں نہیں آ سکتا۔ حضرت عبداللہ ابن مبارک رحمۃ اللہ علیہ سوچنے لگے کہ آپ ﷺ سے اس کی **دلیل** پوچھوں کہ آنکھ کھل گئی اب خواب کے متعلق بڑی بے چینی اور اضطراب شروع ہو گیا پھر آنکھ لگ گئی پھر رسول کریم ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی آپ ﷺ نے پھر وہی ارشاد فرمایا کہ فلاں مجوسی کو جا کر میرا اسلام کہنا اور یہ بھی بتا دیں کہ جنت میں اس کا مکان میرے محل کے ساتھ ہوگا اس کا نام اور شکل بھی دکھائی۔ حضرت عبداللہ مبارک پھر سوچنے لگے کہ میں کوئی **دلیل** پوچھوں پھر آنکھ کھل گئی۔ پھر پریشانی اور اضطراب کہ یہ کیا معاملہ ہے۔ تیسری مرتبہ پھر آنکھ لگ گئی پھر دیدار رسول ﷺ نصیب ہوا آپ ﷺ نے پھر وہی بات ارشاد فرمائی آخر میں میں نے پوچھا یا رسول اللہ ﷺ اگر وہ کوئی **دلیل** مانگے تو میں کیا کہوں آپ ﷺ نے میرا ہاتھ اپنے مبارک ہاتھ میں لے کر دبایا اور چوما اور ارشاد فرمایا اگر وہ تجھ سے **دلیل** مانگے تو اپنا ہاتھ اس کے چہرے پر پھیر دینا۔

حضرت عبداللہ ابن مبارک رحمۃ اللہ علیہ بغداد تشریف لے گئے اس مجوسی کا پتا کیا وہ مجوسی اس علاقے کا بڑا رئیس تھا اس کے گھر پر پہنچے بہت سارے اس کے خادم تھے نوکر چاکر تھے' دروازہ کھٹکھٹایا اسی مجوسی سے ملاقات ہوئی آپ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا میں تجھ سے علیحدگی میں بات کرنا چاہتا ہوں اس نے سب نوکروں کو الگ کر دیا۔ دونو جوان اس کے ساتھ پھر بھی کھڑے رہے وہ کہنے لگا یہ میرے بیٹے ہیں یہ ہر وقت میری خدمت پر مامور رہتے ہیں یہ اس وقت بھی میرے ساتھ رہیں گے ہماری بات نہیں سن سکیں گے۔ حضرت عبداللہ رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا تو مجھے اپنی کوئی نیکی بتا اس نے اپنے مذہب کے لحاظ سے عبادات کی نیکیاں بتائیں۔ آپ نے فرمایا یہ نیکیاں تجھے میرے نبی ﷺ کے قریب نہیں کر سکتیں اور کوئی نیکی بتا پھر سخاوت کی نیکیاں سنائیں اس پر بھی آپ نے فرمایا کہ یہ نیکیاں ایسی نہیں ہیں جو تجھے میرے نبی ﷺ کے قریب کر سکیں۔

پھر آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اپنا خواب اس کو سنایا اس پر اس نے کہا ہاں مجھے ایک بات یاد آ گئی ایک مرتبہ میں نے اپنے بیٹے کی شادی کے موقع پر دعوت ولیمہ میں سارے شہر کے تمام مذاہب کے لوگوں کو دعوت پر بلایا اور ان کو کہا کہ اپنے مذاہب کے مطابق جو تمہارا دل چاہے پکاؤ اور کھاؤ۔ خوب کھانا پکانا ہوا شہر کے لوگ بڑے خوش ہوئے' خوب خوشیاں ہوئیں آدھی رات کو میں اپنے محل میں بے چینی کے عالم ادھر اُدھر ٹہل رہا تھا کہ دروازے پر دستک ہوئی میں نے دروازہ کھولا تو دروازے پر ایک عورت کھڑی تھی میں نے پوچھا کیا بات ہے کہنے لگی میں آگ لینے آئی ہوں میں نے اس کو آگ دیدی وہ چلی گئی' تھوڑی دیر بعد پھر دستک ہوئی میں نے دروازہ کھولا پھر وہی عورت میں نے پوچھا کیا بات ہے اس نے کہا وہ آگ بجھ گئی اس لیے آگ لینے آئی ہوں میں نے اس کو پھر آگ دیدی وہ چلی گئی' تیسری مرتبہ پھر دستک ہوئی میں نے دروازہ کھولا تو وہی بڑھیا تھی وہ اندر آ گئی اور میرے پاس بیٹھ گئی اور کہنے لگی ہم شریف لوگ ہیں میری دونو جوان بیٹیاں ہیں گھر میں کھانے کو کچھ نہیں آج تمہارے گھر میں سارے شہر کی دعوت تھی مجھے انہوں نے کہا بھی کہ تمہارے گھر میں کچھ لا دوں میری طبیعت نے سوال گوارہ نہ کیا ان کو بھوک نے بہت ستایا مجھ سے ان کی یہ حالت دیکھی نہ گئی تو مجبور ہو کر تمہارے دروازہ پر آ گئی لیکن جب تم نے پوچھا کہ کیا بات ہے پھر بھی کہنے کو جی نہ چاہا میں نے کہہ دیا آگ لینے آئی ہوں پھر ان کی حالت زیادہ خراب ہوگئی تو مجبور ہو کر دوبارہ آئی لیکن پھر مانگنے کا حوصلہ نہ ہوا تو پھر آگ ہی کہا اب وہ بالکل ہی بھوک سے بے تاب ہو کر اوندھے منہ گر گئیں تو میں تیسری مرتبہ آنے پر مجبور ہوگئی۔ **(باقی صفحہ نمبر 36 پر)**

حضرت بلال رضی اللہ عنہ کی محبت

میاں عمران اصغر، سرگودھا

محبوب نے فرمایا کہ بلال (رضی اللہ عنہ) کتنی بے وفائی ہے اتنا عرصہ گزر گیا کہ تم ہماری ملاقات کو نہیں آئے

صحابہ کرام نبی کریم ﷺ کے فراق میں رویا کرتے تھے۔ چنانچہ سیدنا بلال رضی اللہ عنہ کے بارے میں آتا ہے کہ جب نبی کریم ﷺ نے پردہ فرمایا تو انہوں نے دل میں سوچا کہ پہلے تو یہاں محبوب کا دیدار ہوتا تھا۔ میں مسجد نبوی ﷺ میں اذان دیتا تھا اب میں اگر محبوب کا دیدار نہیں کر سکوں گا تو میں برداشت نہیں کر سکوں گا چنانچہ انہوں نے ملک شام میں ہجرت فرمائی۔ پھر اس کے بعد انہوں نے اذان نہیں کہی۔

نبی کریم ﷺ کے دنیا سے پردہ فرمانے کے بعد حضرت بلال رضی اللہ عنہ نے صرف دو مرتبہ اذان دی۔ ایک اذان تو جب بیت المقدس فتح ہوا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کے زمانہ میں صحابہ کا دل مچل اٹھا اور صحابہ کرام رضی اللہ عنہ نے کہا امیر المومنین آپ حضرت بلال رضی اللہ عنہ سے کہیے۔ یہ اللہ کے محبوب کے مؤذن تھے۔ آج ذرا یاد تازہ ہو جائے اور بیت المقدس میں ان کی اذان ہو جائے تو بلال رضی اللہ عنہ نے پہلے تو انکار کر دیا جب امیر المومنین نے حکم دیا اب انکار کی گنجائش نہ تھی تو ایک تو انہوں نے قبلہ اول میں اذان دی۔

نبی کریم ﷺ کی وفات کے بعد پھر ایک مرتبہ ملک شام میں رات کو سوئے ہوئے تھے نبی کریم ﷺ کا دیدار نصیب ہوا تو محبوب ﷺ نے فرمایا کہ بلال (رضی اللہ عنہ) کتنی بے وفائی ہے اتنا عرصہ گزر گیا کہ تم ہماری ملاقات کو نہیں آئے۔ بس اس خواب کے آتے ہی اٹھ بیٹھے اپنی بیوی سے کہا کہ میری اونٹنی تیار کرو اور میں اب مدینہ جا رہا ہوں۔ چنانچہ شام سے مدینہ طیبہ کا سفر کیا اب جب مدینہ طیبہ میں آئے تو نماز کا بھی وقت تھا۔ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین کی چاہت تھی کہ ہم نبی کریم ﷺ کی دور والی اذان سنیں اور محبوب کی یاد تازہ ہو۔ انہوں نے انکار فرما دیا۔ چنانچہ سیدنا حسن اور حسین رضی اللہ عنہم اجمعین دونوں شہزادوں کی خواہش تمنا ایسی تھی کہ اس کا انکار نہیں کر سکتے تھے چنانچہ کہنے لگے اچھا میں اذان دیتا ہوں۔ حضرت بلال رضی اللہ عنہ نے اذان دینی شروع کی اب اچانک جب مدینے میں صحابہ نے بلال رضی اللہ عنہ کی آواز سنی جس کو وہ دور نبی ﷺ میں سنا کرتے تھے تو ان کے دل میں نبی اکرم ﷺ کی یاد تازہ ہوگئی صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین تو مرغ نیم بسمل کی طرح **(باقی صفحہ نمبر 31 پر)**

نیند لانے کا طریقہ: ۔سورۃ التحریم (پ 28) مریض پر دم کرنے سے درد کو سکون اور مرگی والے کو افاقہ ہوتا ہے۔جس کو نیند نہ آتی ہو نیند آجائے۔

کالے جادو سے تڑپتے سسلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

مرنے کا خوف | قید تنہائی | شادی کیلئے وظیفہ | نمود و نمائش کا عذاب | خوبصورت چہرہ؟؟؟

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔جس کا معاوضہ دعا ہے۔براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

مرنے کا خوف

مجھے موت سے بہت ڈر لگتا ہے کسی کے انتقال کی خبر سن لوں تو مجھ پر خوف سے کپکپی طاری ہوجاتی ہے۔اگر کبھی کسی کے انتقال پر مجھے جنازے میں شرکت کرنا ہو تو میری طبیعت خراب ہوجاتی ہے۔رات بھر مجھے کفن میں لپٹا ہوا مردہ نظر آتا رہتا ہے۔کئی کئی دن تک میرے ذہن میں اس شخص کا خیال رہتا ہے۔مجھے یوں محسوس ہوتا ہے کہ جیسے میں بھی دنیا سے جانے والی ہوں اس تصور سے دل بے چین ہوجاتا ہے مجھے اپنے بچوں اور شوہر کا خیال آتا ہے۔شوہر تو خیر دوسری شادی کرکے مگن ہوجائیں گے مگر میرے معصوم بچے کس کے سہارے زندہ رہیں گے یہ سوچ سوچ کر میرا ذہن ماؤف ہوجاتا ہے۔مجھے کوئی ایسی دعا بتائیں کہ میرا یہ خوف دور ہوجائے۔**(ساجدہ ریاض، راولپنڈی)**

مشورہ: موت برحق اور اٹل حقیقت ہے اور جو چیز اٹل حقیقت ہے اس سے کیا ڈرنا اور کیسا خوف؟ جو دنیا میں آیا ہے وہ یہاں سے جائے گا بھی اس کیلئے خوف زدہ ہونے کی بجائے انسان کو چاہیے کہ اپنے اعمال درست کرے تاکہ مالک حقیقی کے سامنے جب حاضر ہو تو شرمساری کا طوق اس کے گلے میں لٹک نہ رہا ہو۔نافرمان اور گنہگاروں کی قطار میں نہ کھڑا ہو۔آپ بطور روحانی علاج رات کو خالی کمرے میں جہاں روشنی کم ہو بیٹھ کر گیارہ گیارہ بار سورۂ فلق اور سورۂ ناس پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیا کریں اور ہر نماز کے بعد بار آیت الکرسی پڑھ کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ اس سورۂ کی برکت سے دین اور دنیا دونوں جگہ رحم فرمائے۔

قید تنہائی

میرے شوہر کئی سال سے سخت بیمار ہیں۔ان کو شوگر اور بلڈ پریشر کا عارضہ ہے۔بہت علاج کرائے مگر افاقہ نہیں ہوا۔اس کے علاوہ اب وہ ملازمت کرسکتے اور نہ ہی کوئی اور کام۔میرے دو بیٹے ہیں اور دونوں ہی اپنی اپنی دنیا میں مگن ہیں۔ہم بوڑھے والدین کا کوئی پرسان حال نہیں۔ایک ہی شہر میں رہتے ہوئے بھی بیٹے بہو کئی کئی مہینے تک ہم سے ملنے نہیں آتے اور جب آتے ہیں تو آتے ہی مصروفیت اور پریشانیوں کی کہانی سنانے بیٹھ جاتے ہیں۔ان کی پریشانی سن کر میں بہت پریشان ہوجاتی ہوں جبکہ شوہر کا کہنا ہے کہ یہ لوگ آکر اس قسم کی باتیں اس لیے کرتے ہیں کہ ہم ان سے کسی قسم کا کوئی مطالبہ نہ کریں۔نہ ہی یہ شکوہ کریں کہ تم لوگوں نے ہمیں کسمپرسی کی حالت میں کیوں چھوڑ رکھا ہے۔میں چاہتی ہوں کہ میرے بیٹے اپنے بیوی بچوں کے ساتھ ہمارے گھر میں آکر رہنے لگیں یا پھر ہمیں اپنے ساتھ رکھ لیں۔اس بڑھاپے میں تنہائی کا عذاب سہا نہیں جاتا۔اس کیلئے کوئی وظیفہ بتادیجئے کہ ہماری مشکل آسان ہو۔**(زبیدہ رفیق، کراچی)**

جواب: موجودہ دور کا یہ المیہ صرف آپ ہی کے ساتھ نہیں۔آپ جیسے بے شمار والدین ہیں جو اس قسم کے حالات سے دوچار ہیں اس میں تربیت اور گھریلو ماحول دونوں ہی اثر انداز ہوتے ہیں۔کہتے ہیں کہ ایک باپ آٹھ بیٹوں کو پال پوس کر بڑا کردیتا ہے لیکن یہی آٹھ بیٹے بڑھاپے میں باپ کا سہارا نہیں بن پاتے۔اس کی وجہ یہی ہے کہ ہم اپنے بچوں کو اعلیٰ تعلیم تو دلاتے ہیں مگر انہیں انسانی اقدار اور حقوق العباد کے بارے میں کبھی کچھ نہیں بتاتے۔آپ کے حالات پڑھ کر افسوس ہوا۔آپ دو رکعت نماز حاجات اس طریقے سے پڑھیں کہ پہلی رکعت میں الحمد شریف کے بعد 25 بار آیۃ الکرسی پڑھیں پھر دوسری رکعت میں الحمد شریف کے بعد 25 بار سورۂ اخلاص پڑھیں۔سلام کے بعد تیسرا کلمہ جتنی بار بھی پڑھ سکیں پڑھ کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ آپ کے بیٹوں کو آپ سے ملا دے۔یہ نماز آپ ہفتے میں ایک دو بار پڑھ لیں اتنا نہ پڑھ سکیں تو مہینے میں ہی ایک بار پڑھ لیں۔

مل جل کر رہنا سیکھا ہی نہیں

میرے پانچ بچے ہیں سب سے بڑا بیٹا پندرہ سال کا ہے اس کے بعد دو بیٹیاں ہیں یہ دونوں جڑواں تھیں ان کی عمریں گیارہ گیارہ سال ہیں ان کے بعد ایک بیٹا آٹھ سال کا اور دوسرا بیٹا پانچ سال کا ہے۔مسئلہ یہ ہے کہ یہ پانچوں آپس میں ہر وقت لڑتے جھگڑتے رہتے ہیں۔**مل جل کر رہنا**، ہنسنا بولنا تو انہوں نے سیکھا ہی نہیں۔ان کی وجہ سے گھر میں ہر وقت اودھم مچا رہتا ہے۔میں گھر کے کام کروں یا ان بچوں کی لڑائیاں نمٹاؤں۔میری سمجھ میں کچھ نہیں آتا۔منع کرنے اور سمجھانے پر بھی جب یہ لوگ لڑائی جھگڑے سے باز نہیں آتے تو میں ان کی پٹائی شروع کردیتی ہوں۔مار کھا کھا کر یہ اور ڈھیٹ ہوتے جارہے ہیں۔میں مارتی ہوں تب بھی زبان درازی کم نہیں کرتے۔مجھے غصے میں خود پر قابو نہیں رہتا۔کوئی دعا بتائیں کہ میرے بچوں کی لڑائی جھگڑے کی عادت ختم ہو اور یہ آپس میں پیار و محبت سے رہنے لگیں۔

جواب: آپ صبح فجر کی نماز کے بعد سو بار یَا وَدُوۡدُ پڑھ کر پانی پر دم کریں۔اول و آخر گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھیں۔اس پانی کو بچوں کو پلا دیں۔اگر پلانا ممکن نہ ہو تو پھر جس کولر یا مٹکے سے سب پانی پیتے ہیں اس پانی میں دم کیا ہوا پانی ملا دیں یہ عمل مسلسل چالیس روز تک کریں۔اس کے علاوہ رات کو جب بچے سو جائیں تو ایک بار سورۂ کوثر پڑھ کر ان بچوں کے سر پر دم کردیں۔اپنے غصے پر بھی قابو پانے کی کوشش کریں۔بچے آپس میں تب ہی پیار و محبت سے رہیں گے جب وہ گھر کے ماحول میں محبت و انسیت پائیں گے۔آپ عصر کی نماز کے بعد تین بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیا کریں۔

شادی کیلئے وظیفہ

ایک لڑکا میرے گھر کے سامنے رہتا ہے۔میں اسے پسند کرتی ہوں۔وہ مجھ سے چار سال سے شادی کا وعدہ کررہا ہے۔تین سال قبل اس کی والدہ کا انتقال ہوگیا اور بہن نے اپنی پسند سے شادی کرلی۔اس کے بعد اس کے والد نے بھی دوسری شادی کرلی۔والد کی شادی کے دو سال بعد اس لڑکے نے اپنی سوتیلی ماں اور بہن کو میرے رشتے کیلئے میرے گھر بھیجا وہ لوگ بات پکی کرکے چلے گئے۔عید کے بعد اس کی

پھوپھیوں کو آ کر منگنی کرنا تھی مگر عید کے چوتھے روز جبکہ میں گھر میں اکیلی تھی ہمارے گھر میں چوری ہوگئی۔ اس بات کو جواز بنا کر لڑکے اور اس کے گھر والوں نے طرح طرح کے الزام لگانے شروع کر دیئے۔ اب لڑکا کہتا ہے کہ میں تم سے شادی نہیں کروں گا کیونکہ میرے گھر والے تمہیں پسند نہیں کرتے۔ میری خالہ نے کسی سے تعویذ لا کر بھی دیئے مگر اس کا بھی اثر نہیں ہوا۔ مجھے کوئی اچھا سا وظیفہ بتایئے کہ میری جلد اس سے شادی ہو جائے۔ **(ک' راولپنڈی)**

جواب: جو لڑکا چار سال تک آپ کو شادی کے وعدے پر ٹرخاتا رہا ہے اور اب اس نے صاف جواب دے دیا کہ وہ آپ سے شادی نہیں کر سکتا تو آپ اس سے کسی اچھائی کی توقع نہ رکھیں۔ شادی کے معاملے میں وہ پہلے بھی سنجیدہ نہ تھا وہ تو آپ کی معصومیت اور سادگی سے فائدہ اٹھاتا رہا ہے اب آپ اس سے شادی کیلئے تعویذ کریں یا وظیفے پڑھیں ان کا اثر کتنا ہوگا کچھ کہہ نہیں سکتے۔ ویسے بہتر ہوگا کہ آپ اس چکر سے نکل آئیں۔ جہاں تک شادی کا تعلق ہے تو نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار یَا لَطِیْفُ پڑھ لیا کریں اور یہ دعا کریں کہ آپ کی شادی کسی ایسے شخص سے ہو جائے جو آپ کے حق میں بہتر ہو اور آپ عزت و سکون کے ساتھ زندگی گزار سکیں۔

نمود و نمائش کا عذاب

پہلے ہمارے حالات بہت اچھے تھے والد صاحب سرکاری ملازم تھے۔ والدہ بھی سروس کرتی تھیں۔ ہم دو بہنیں ہیں ہم سے چھوٹا ایک بھائی ہے۔ بڑی بہن کی شادی ہو چکی ہے۔ گھر کی پہلی شادی تھی اس لیے والدین نے خوب دل کھول کر ارمان نکالے۔ جہیز میں بھی کسی چیز کی کمی نہیں ہونے دی۔ یہ سارے اخراجات کچھ تو پہلے کی پس انداز کی ہوئی رقم سے پورے ہوئے۔ باقی قرض سے کام چلایا۔ گھریلو طور پر جو قرضہ تھا وہ تو کسی نہ کسی طرح ادا کر دیا گیا مگر بینک سے جو قرض لیا تھا اس کی ادائیگی مشکل تھی لہٰذا والد صاحب نے اس کا یہ حل نکالا کہ قبل از وقت ریٹائرمنٹ لے لی' گریجویٹی اور پروویڈنٹ فنڈ سے جو رقم ملی وہ بینک کا قرض اتارنے میں ختم ہوگئی۔ اب صرف امی کے سکول کی تنخواہ سے مشکل سے گزر بسر ہوتی ہے۔ شادی چونکہ دھوم دھام سے کی تھی اس لیے باجی کے سسرال والوں کی دعوتیں اور تحائف کا لین دین بھی جی کا جنجال بن گیا ہے۔ دعا کریں کہ والد صاحب کو کسی اچھی جگہ ملازمت مل جائے اور ہم پہلے کی طرح خوشحال زندگی گزارنے لگیں۔ **(علیشاہ' لاہور)**

جواب: ظاہری نمود و نمائش اور سوچے سمجھے بغیر اخراجات کرنے والے اسی قسم کے مسائل میں گرفتار ہوتے ہیں۔ شادی کی تقریب ہو یا کسی اور مد میں رقوم درکار ہوں' اس کیلئے روپیہ پیسہ کا حصول تو مشکل نہیں ہوتا مگر اس قرض کی ادائیگی گلے کا طوق بن جاتی ہے۔ گھر کے مالی حالات کا علم تو یقیناً آپ کی شادی شدہ بہن کو بھی ہوگا لہٰذا اسے چاہیے کہ میکے میں اپنی اور سسرال کے لوگوں کی آمدورفت ذرا کم ہی رکھے کہ اس طرح آپ لوگوں کو مہمان نوازی اور خاطر مدارت نہیں کرنا پڑے گی۔ بطور روحانی علاج آپ سب لوگ نماز کی پابندی کریں۔ والد صاحب ملازمت کیلئے روزانہ گیارہ سو بار **یَاوَهَّابُ** پڑھا کریں۔ اس طرح تقریباً 90 دن تک کریں۔ انشاء اللہ ایسے حالات پیدا ہو جائیں گے کہ جن کی مدد سے آپ لوگ معاشی بحران سے نکل سکیں۔

نافرمان بھائی

میرا بھائی سیکنڈ ایئر میں پڑھ رہا ہے۔ اسے تعلیم حاصل کرنے کا شوق ہے اور نہ دین سے محبت۔ بازاروں میں بلامقصد گھومنا اور دوستوں کے ساتھ وقت برباد کرنا اس کا بہترین مشغلہ ہے۔ والدین کا کہنا نہیں مانتا' نماز پابندی سے نہیں پڑھتا' ہم اسے سمجھا سمجھا کر تھک گئے ہیں۔ آپ کوئی ایسا وظیفہ بتا دیں جس سے اس کے دل میں اسلام کی محبت پیدا ہو اور وہ شریف و فرمانبردار انسان بن جائے۔ **(رحمانہ غنی' لاہور)**

جواب: نوعمر بچوں پر بہت زیادہ سختی اور لعن طعن ٹھیک نہیں' آپ کا بھائی عمر کے جس دور سے گزر رہا ہے اس میں لاپرواہی' خودسری اور کسی حد تک ضد کا عنصر بھی پایا جاتا ہے۔ دو سال بعد وہ گریجویشن کر لے گا' تب تک اس کا الہڑپن اور بچگانہ حرکتیں یعنی دوستوں کے ساتھ بلامقصد گھومنا پھرنا خود بخود کم ہوتا جائے گا۔ کسی بھی کام کی تکرار سے اکثر منفی ردعمل بھی پیدا ہو جاتا ہے۔ آپ بھائی کیلئے والدہ سے کہیں کہ وہ نماز کے بعد دعا کیا کریں' اگر وہ تہجد کی نماز پڑھتی ہیں تو نماز کے بعد صرف ایک بار سورۂ یٰسین پڑھ کر دعا کریں۔ انشاء اللہ ماں کی دعاؤں سے آپ کا بھائی آپ لوگوں کی مرضی کے مطابق ہو جائے گا۔

خوبصورت چہرہ؟؟؟

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری ناک بہت موٹی اور بھدی ہے جس کی وجہ سے میرا چہرہ بدنما دکھائی دیتا ہے میں اتنا صاحب استطاعت نہیں ہوں کہ ناک کی پلاسٹک سرجری کرواسکوں لہٰذا آپ کوئی ایسا روحانی علاج بتائیں جس سے میری ناک خوبصورت ہو جائے۔ اس کے علاوہ میری خواہش ہے کہ میرا چہرہ بارونق ہو جائے۔ **(عاصم علی' کراچی)**

جواب: بدنما ناک کی خوبصورت اور پرکشش بنانے کیلئے وظیفے پڑھنے کی بجائے کیا یہ بہتر نہ ہوگا کہ آپ اپنی باطنی خوبیوں کو نکھار کر اپنی شخصیت پرکشش بنائیں۔ ایشیا کے مشہور فاتحہ تیمور لنگ کے بارے میں تو آپ نے سنا ہی ہوگا کہ وہ معمولی حیثیت اور پیر میں لنگ کے باوجود سکندراعظم جیسے فاتحین کے مرتبے تک جا پہنچا۔ اس کی جسمانی قوت اور شہزوری کا یہ عالم تھا کہ طویل سے طویل سفر اور مشکل سے مشکل معرکہ اسے نڈھال نہ کر سکتا تھا۔ وہ جہاں گیا' کامیابی و کامرانی اس کا مقدر بنی۔ وجہ صرف یہی تھی کہ اس نے اپنے جسمانی نقص کو اپنی ذات پر حاوی نہیں ہونے دیا۔ آپ کیلئے بھی ہمارا یہی مشورہ ہے کہ ناک اور چہرے کی خوبصورتی پر توجہ دینے کی بجائے اپنی شخصیت کو باوقار اور پرکشش بنایئے تاکہ آپ کی ظاہری خامی باطنی خوبیوں پر حاوی نہ آسکے۔

رمضان المبارک میں برکت والی تھیلی سے مالدار بنیں

برکت والی تھیلی سارا سال استعمال ہوتی ہے اور یہ عمل آپ سارا سال کر سکتے ہیں لیکن رمضان کے دنوں میں اس کی برکات بہت انوکھی ہوتی ہے

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! کچھ دن پہلے اچانک دل میں خیال آیا کہ رمضان المبارک قریب ہے تو کیوں نہ قارئین کو اپنے حضرت رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ کا ایک ایسا عمل دوں جو رمضان میں انفرادی طور پر میں سالہا سال سے بتاتا چلا آرہا ہوں اور میرے حضرت رحمۃ اللہ علیہ ستر سال سے اپنے بڑوں کے اور اپنے تجربات سے اس کو باکمال ثابت کرچکے ہیں۔ قارئین عمل کیا ہے واقعی مالدار بننے کا ایک انوکھا راز ہے جو ہر شخص کرسکتا ہے' آج مفلسی کا دور ہے' مہنگائی کا دور ہے' غربت روز بروز بڑھتی چلی جارہی ہے تنگدستی اپنے عروج پہ ہے' ہر شخص مہنگائی قحط' آفات اور بلیات میں مبتلا ہے۔ زمانے کی پریشانیاں بہت زیادہ ہیں' ایسے دور میں لوگوں کو ایک ایسا عمل چاہیے جو عمل واقعی بے خطا ہو اور جس عمل کے اندر واقعی تاثیر ہو۔ قارئین! آج میں وہ عمل آپ کو دے رہا ہوں جو یقیناً آپ اور آپ کی نسلوں کیلئے ایک سوفیصد تیر بے خطا اور آزمودہ ثابت ہوگا۔

اس عمل کی داستان یوں ہے۔ یہ 1984ء کی وہ سہانی صبح تھی جب میں اپنے شیخ حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری مجذوب رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ سے منسلک ہوا۔ کچھ ہی ماہ کے بعد رمضان المبارک آگیا تو رمضان المبارک میں میں نے بہت سے لوگوں کو حضرت سے برکت والی تھیلی کا عمل سمجھتے سنا چونکہ ابتدا تھی' علم نہیں تھا۔ اس لیے حیران بھی ہوا' یاخدا یہ عمل کیا ہے؟ پتہ چلا کہ حضرت کی ترتیب ہے کہ ہر رمضان میں ایسے لوگوں کو جو مفلسی' تنگدستی قرضوں کا شکار ہوں یا ایسے لوگ جن پہ عیال داری زیادہ ہو' گھر کے اخراجات پورے نہ ہوتے ہوں' رزق کی کمی ہو' مسائل اور پریشانیوں نے تنگ کر رکھا ہو تو ان لوگوں کیلئے یہ عمل حضرت رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے اور بے شمار لوگوں کو میں نے اپنی آنکھوں سے حضرت ہی کے زمانے میں تنگدستی سے تونگری' مفلسی سے مالداری' غربت سے امیری تک دیکھا۔ حضرت اس تھیلی کے بارے میں جو روایت فرماتے تھے' فرماتے تھے کہ میرے شیخ کا بھی یہ معمول تھا کہ وہ رمضان المبارک میں لوگوں کو تھیلی کا عمل بتاتے اور لوگ دور دور سے رمضان سے پہلے آکے یہ عمل سنتے سیکھتے سمجھتے اور کرتے اور یہ بات مشہور ہوگئی تھی کہ رمضان میں حضرت سے جاکہ لازم اس تھیلی والے عمل کے بارے میں پوچھنا ہے۔

قارئین! اس تھیلی والے عمل کیلئے میں نے بہت سے لوگوں کو یہاں تک بھی کہتے سنا کہ تھیلی نہیں ہے یہ ایک خزانہ ہے بلکہ ایک صاحب مجھ سے کہنے لگے ایسا خزانہ جو کبھی ختم نہیں ہوتا اور پورے رمضان میں اس تھیلی پہ ہم عمل کرتے ہیں اور آئندہ رمضان میں اور پھر سارا سال بھی کرتے رہتے ہیں اور آئندہ رمضان میں اس تھیلی کی تجدید کرنے کیلئے اس پر پھر عمل کرتے ہیں۔ ہمارے حضرت جی کے دور کا ایک واقعہ ہے کہ ایک شخص آیا اور بہت تنگدستی اور سفید پوشی کا شکار تھا۔ پہلے بہت دکانیں اور مالداری تھی' غربت اور تنگدستی نے گھیرا تو ریڑھی پر تربوز بیچنے لگا۔ حضرت نے فرمایا کہ رمضان قریب ہے کپڑے کی تھیلی سلوا کہ لے آؤ' میں اس پہ دم بھی کردوں گا اور ایک برکت والا عمل بتاؤں گا' تم بھی کرو اور تمہارا سارا گھر کرے۔ چاہو تو گھر کا ہر فرد اپنی تھیلی بنالے' ورنہ ایک ہی تھیلی پر سارے گھر والے دم کریں۔ وہ دوسرے دن تھیلی بنوا کے لے آیا حضرت نے اسے تھیلی کی ترتیب بتائی۔ خوش ہوا اور بہت حیران ہوا کہ بہت آسان عمل ہے اور چلا گیا۔ غالباً سات اور آٹھ ماہ کے بعد پھر آیا حضرت کہیں تشریف لے گئے تھے۔ میں بیٹھا ہوا تھا حضرت کا پوچھا تو میں نے عرض کیا دیر سے تشریف لائیں گے۔ باتوں ہی باتوں میں مجھ سے کہنے لگے کہ بس میں تو ان کا شکریہ ادا کرنے آیا تھا اور میں یہ عرض کرنے آیا تھا کہ انہوں نے مجھے مفلسی اور تنگدستی سے نکال دیا ورنہ جس مفلسی اور تنگدستی میں میں چلا گیا تھا اس کا آخری حل صرف کفر تھا یا خودکشی تھی۔ میں نے پوچھا وہ عمل کیا تھا انہوں نے سارا عمل بتایا اور برکت والی تھیلی نکال کے دکھائی۔ یہ سب سے پہلا واقعہ تھا کہ برکت والی تھیلی سے میں صحیح متعارف ہوا۔ اس کے بعد پھر ہزاروں واقعات میرے مشاہدے میں آتے چلے گئے اور مخلوق خدا کو نفع پہنچتا چلا گیا۔ حضرت جی کے دور کا ایک اور واقعہ پڑھیں ایک خاتون اپنے شوہر اور پانچ جوان بچوں کے ساتھ تشریف لائیں۔ کہنے لگی کہ سکول کی وردی نہیں' کتابیں نہیں' ان بچوں کیلئے بعض اوقات ایک وقت میں ایک روٹی ملتی اور بعض کو آدھی روٹی ملتی ہے۔ تنگدستی بہت زیادہ ہے' غربت بہت زیادہ ہے' فقر و فاقہ بہت زیادہ ہے۔ اس تنگدستی اور غربت کی وجہ اکثر لڑائی جھگڑا رہتا ہے' گالی گلوچ ہوتی ہے' مار کٹائی ہوتی ہے۔ تھک گئی ہوں' عاجز آگئی ہوں آپ سے دعا کرانے آئی ہوں۔ کچھ پڑھنے کا بتائیں۔

حضرت نے دعا فرمائی' شفقت فرمائی اور فرمایا کہ یہ عمل کرتے رہو' برکت کی تھیلی والا عمل کرتے رہو۔ رمضان کے قریب مجھے برکت والی تھیلی بنوا کے لاکے دینا میں ایک عمل بتاؤں گا' پورا رمضان سارا گھر وہ عمل کرے اگر سارا گھر نہیں کرسکتا تو گھر کے جتنے زیادہ افراد کرسکتے ہیں وہ عمل کریں انشاء اللہ تمہارے دن پھر جائیں گے۔ پھر میری آنکھوں نے ان لوگوں کو دیکھا کہ واقعی اللہ پاک نے اس عمل کی برکت سے ان کے دن پھیرے' ان کی صبح وشام روشن ہوگئیں' ان کے مسائل حل ہوگئے' ان کی مشکلیں دور ہوگئیں اور وہی لوگ تھے پھر ایک وقت ایسا آیا میں نے دیکھا کہ گاڑی پہ آتے تھے کہاں ایک وقت ایسا تھا کہ ان کے پاس تانگے کے پیسے نہیں ہوتے تھے۔ ایک اور واقعہ جو میں نے اپنے حضرت کے دور کا دیکھا وہ بھی لکھنا چاہوں گا۔ میں حضرت کے ساتھ ایک دفعہ سفر پر تھا۔ اسٹیشن پہ جانا تھا لاہور کے ریلوے اسٹیشن کیلئے تانگے والے سے بات ہوئی۔ حضرت تانگے پہ تشریف رکھتے ہوئے' آگے بیٹھے' میں پیچھے بیٹھ گیا۔ تانگے والے کا گھوڑا چلتا نہیں تھا اور ٹرین میں تاخیر ہورہی تھی تو میں نے اس سے کہا کہ اس کو چلاؤ کہنے لگا اتنا ہی چل سکتا ہے۔ میں نے پوچھا بیمار ہے؟ کہنے لگا نہیں' میں اپنا پیٹ بھروں کہ اس کا بھروں' میرا پیٹ اور میرے بچوں کا پیٹ بھی خالی ہوتا ہے تو اس کا پیٹ بھی خالی ہوگا۔ مجھے اس کی بات انوکھی لگی' میں نے بے ساختہ خود ہی کہہ دیا کہ تم برکت والی تھیلی کیوں نہیں لیتے؟ اور وہ عمل کیوں نہیں کرتے؟ کہنے لگا میں ان پڑھ آدمی ہوں میں نے کہا تیرے بیوی بچے؟ کہنے لگا ہاں وہ پڑھے ہوئے ہیں۔ میں بات ہی کررہا تھا کہ حضرت نے فرمایا کہ اچھی بات ہے اسے برکت والی تھیلی بتاؤ اور اسے کہو کہ رمضان سے پہلے برکت والی تھیلی ہمارے پاس لائے ہم دم کردیں گے اور اس کو عمل بھی بتادیں گے یہ کرے انشاء اللہ پاک برکتیں عطا فرمائے گا۔ میں نے اسے عمل سمجھا دیا اور اس سے کہا کہ برکت والی تھیلی بنالیں اور یہ عمل شروع کریں اور اسے حضرت کا ٹھکانہ بتادیا۔ تین چار دن کے بعد وہ حضرت کے پاس آیا ڈھونڈتا ڈھانڈتا' اس کی اہلیہ بھی ساتھ تھی اور ایک بچہ بھی ساتھ تھا اور انہوں نے آکے گھر کے حالات بتائے کہ گھر میں بعض اوقات آٹے کی مٹھی نہیں ہوتی۔ بجلی کا میٹر کٹ چکا ہے' اس دور میں ہر گھر کے اندر سوئی گیس نہیں تھی ویسے بھی لاہور میں نئی نئی گیس آئی تھی' اس دور میں لاہور میں گیس نہیں

تھی۔فرمانے لگے کہ لکڑیاں بھی نہیں ہوتیں' بجلی کا میٹر بھی کٹ چکا ہے۔تنگدستی نے گھر میں راج رکھا ہوا ہے' کوئی جادو بتاتا ہے' کوئی جنات بتاتا ہے' کوئی آسیب بتاتا ہے' میں تو تھک گیا ہوں اور عاجز آگیا ہوں کیا کروں؟ دو تین دفعہ میں نے اپنا تانگہ ایک بڑے ٹرک سے جان بوجھ کے ٹکرایا کہ میں بھی مر جاؤں گھوڑا بھی مر جائے' گھوڑا بھی بھوکا رہتا ہے اس کی گھاس کے پیسے نہیں ہوتے لیکن مجھے قدرت نے بچالیا ہے اب آپ بیٹھے ہیں تو آپ نے مجھے امید کی کرن دکھائی ہے۔رشتے دار' برادری چھوڑ گئی ہے۔گھر میں بیوی بھی بعض اوقات کہتی ہے کہ مجھے روٹی لا کر دے ورنہ مجھے میرے میکے بھیج دے۔آخر جاؤں تو کہاں جاؤں؟۔ حضرت نے اسے تسلی دی اور کچھ اپنی جیب سے عطا کیے' غالباً تین روپے تھے اور فرمایا اطمینان رکھ اور اس برکت والی تھیلی میں سے تو اپنی برکتیں حاصل کر اور اسے برکت کی تھیلی کا سارا عمل سمجھا دیا۔وہ چلا گیا۔

قارئین! یقین جانیے بس بات اصل میں اعتماد اور یقین کی ہے۔اس نے سورۂ کوثر باقاعدہ یاد کی اور کچھ عرصے بعد اس نے بھی عمل کرنا شروع کیا۔اس کے گھر والوں نے تو اسی دن کرنا شروع کر دیا۔تھوڑا ہی عرصہ گزرا' میں اس کو آٹھ ماہ یا اس سے کچھ زیادہ کہوں۔وہ شخص آیا کہ اس کے چہرے پر خوشحالی کے اثرات تھے۔کہنے لگا کہ میں نے دو تانگے اور لے لیے ہیں جو میں نے اور لوگوں کو دیہاڑی پر دیئے ہیں۔گھر کا دروازہ میں نے لکڑی کا بنوا لیا ہے' پہلے باہر کا دروازہ نہیں تھا۔گھر میں میں نے باتھ روم کی دیوار پکی کر لی ہے' پہلے صرف بوریا تھا اور اس کو دروازہ بھی لگلوا لیا اور بھی چھوٹے موٹے ایسے کام بتائے۔کہنے لگا کہ سواری ملتی ہے اور عجیب بات یہ ہے کہ پیسے میں برکت ہوتی ہے۔پیسے تھوڑے ہوں تو پورے ہو جاتے ہیں' غیب سے مجھے اللہ پاک رحمت کا سامان عطا فرما رہے ہیں اور غیب سے برکت کا سامان عطا فرما ہیں۔

قارئین! یہ تین واقعات میں نے اپنے حضرت رحمۃ اللہ علیہ کے عرض کیے چونکہ واقعات بہت زیادہ ہیں کچھ واقعات میں آپ کو عرض کرتا ہوں یہ 1991ء کے رمضان سے چند ماہ پہلے کی بات ہے۔مجھے سال اس لیے یاد ہے کیونکہ یہ واقعہ بہت دردناک ہے۔حضرت کے پاس ایک صاحب آئے۔ کہنے لگے کہ میں کاٹن فیکٹری کا مالک تھا' ایک فیکٹری اپنی تھی اور تین فیکٹریاں کاٹن کی لیز پر لی ہوئی تھیں۔بہت مال تھا' غلام تھے' خادم تھے' رزق تھا' ایک کوٹھی میری لاہور میں تھی' ایک کوٹھی اسلام آباد میں' ایک اپارٹمنٹ میں نے مری میں لیا ہوا تھا' اور خود میں دیہاڑی کا رہائشی تھا۔کہنے لگے کہ بینکوں سے نظام چل رہا تھا۔لوگ مجھے کہتے تھے کہ بینکوں سے نظام نہ چلا اور میں نے خود بھی حضرت عبداللہ بن مسعودؓ کا قول پڑھا تھا کہ سود کا انجام تنگدستی اور مفلسی ہوتی ہے۔آخر میرے ساتھ وہی ہوا حالات ایک دم بدل گئے' لوگوں کے تیور اور مزاج بدل گئے' زندگی کے دن رات بدل گئے۔چیزیں ختم ہو گئیں' اب ہر چیز ختم ہو گئی ہے' میں نے دیہاڑی چھوڑ دی' قرض خواہ مجھے تنگ کرتے ہیں اور لاہور میں تنگدستی میں ایک چھوٹا سا مکان لے کے میں مزدوری کر رہا ہوں صبح ایک ہوٹل پہ جاتا ہوں اور اس ہوٹل والے کا دودھ ابالتا ہوں اس کی کڑاہیاں مانجھتا ہوں اور اس کی خدمت کرتا ہوں۔اس کے سارے برتن دھوتا ہوں' اس کے ہوٹل کا فرش اور میزیں سب صاف کرتا ہوں۔پھر اسی طرح دوپہر کو گھر واپس آتا ہوں اور آ کر وہاں سے جو مزدوری ملتی ہے گھر میں کھانے پینے کا سامان لا کے دیتا ہوں پھر شام کو عصر کے بعد ایک اور جگہ کسی گھر میں جاتا ہوں اور اس گھر میں جا کہ خدمت کرتا ہوں' ان کی بھی صفائیاں اور خدمتیں' ان کے کپڑے دھوتا ہوں ان کے لیٹرین اور غسل خانے صاف کرتا ہوں اور گھر کے سارے کام کرتا ہوں۔کسی نے آپ کا بتایا آپ اللہ والے ہیں' دعا بھی فرماتے ہیں' کچھ پڑھنے کو بھی دیتے ہیں' اس مفلسی اور تنگدستی سے تھک گیا ہوں' آخر کروں تو کیا کروں؟ میں نے اس سے پہلے اپنے حضرت رحمۃ اللہ علیہ کو بہت کم لوگوں کے سامنے روتے دیکھا ہے۔اس کی ایسی دردناک کہانی تھی کہ حضرت خود رو پڑے' ان کے آنسو نکل گئے۔ حضرت نے دونوں ہاتھوں سے اس کے سر پر تسلی کے ہاتھ پھیرے' تسلی دی اور فرمایا پریشان نہیں ہونا' مایوس نہ ہونا' انشاءاللہ تیرا کام بنے گا' تیری مشکل ٹلے گی۔تیرے مسائل حل ہوں گے اور اسے برکت کی تھیلی والا عمل بتایا۔کپڑے کی برکت کی تھیلی سلوا کے لے آ اس پر دم کر دیتا ہوں اور اس پر ایک سورۂ کوثر کا عمل بتایا وہ پڑھو' تم پڑھو' سارا گھر پڑھے اور رمضان المبارک سے پہلے میرے پاس آنا ایک عمل بتاؤں گا وہ کرنا۔وہ چلا گیا۔

وہ رمضان سے پہلے آیا اس نے حضرت سے برکت والی تھیلی پر دم کروایا اور رمضان کا خصوصی عمل پوچھا۔آپ یقین جانیے قارئین! اس نے عمل کیا اور جی بھر کے کیا' دل سے کیا' کوئی سال ڈیڑھ سال ہی کی بات ہو گی کہ میری آنکھوں نے اس شخص کو ایسا مالدار ہوتے دیکھا' ایسا تو انا ہوتے دیکھا' شاید بہت ہی کم لوگوں کو یہ برکت ملی ہو۔اتنا اللہ نے اس کو رزق دیا اور اللہ نے اس کو اتنی شان و شوکت دی' اللہ نے اس کو اتنی برکت عطا فرمائی کہ خود میری عقل حیران ہے' وہ خود کہتا تھا کہ میں سوچ بھی نہیں سکتا تھا کہ میرے بھی دن پھر سکتے ہیں اور مجھے بھی غربت و تنگدستی سے نجات مل سکتی ہے اور میں بھی کچھ حاصل کر سکتا ہوں میں مایوس ہو چکا تھا' لیکن اب میری یاس آس میں بدل گئی ہے اللہ کے خزانوں میں وہ نعمتیں موجود ہیں اگر انسان تلاش کرے تو مل سکتی ہیں۔بس ہماری تلاش میں کمی ہے۔قارئین! میں آپ کو کتنے واقعات سناؤں میرے پاس ہزاروں واقعات ہیں لیکن برکت والی تھیلی آپ کے پاس اگر سدا رہے گی تو سدا برکت رہے گی' روزانہ اس کے اوپر 129 مرتبہ صبح و شام یا دن میں صرف ایک مرتبہ 129 بار سورۂ کوثر پڑھتے رہیں گے تو برکت ہمیشہ رہے گی۔ جتنا زیادہ پڑھیں گے اتنی برکت ہو گی جتنا گڑ اتنا میٹھا۔لیکن رمضان المبارک میں اس کے اوپر پڑھنا اور تاثیر اور برکت کا ذریعہ۔چند سال پہلے ایک صاحب کو میں نے یہ عمل بتایا تھا ابھی کچھ عرصہ پہلے ملے تو مجھ سے کہنے لگے کہ رمضان المبارک آرہا ہے' میں نے کئی تھیلیاں تیار کی ہوئی ہیں۔ آپ براہ کرم! اس تھیلی کا عمل مجھے بتا دیجئے گا۔کہنے لگے میرے ساتھ عجیب واقعہ ہوا میری بیٹی جوان تھی' اس کی شادی کرنی تھی' میں نے تین تھیلیاں بنوائیں' ایک تھیلی اپنے لیے اپنی اہلیہ اور اپنی بیٹی کیلئے۔بیٹی کو کہا بیٹی تمہیں پیسے دیتا جاؤں گا اس میں رکھتی جانا اور روزانہ 129 مرتبہ صبح و شام اس پر سورۂ کوثر پڑھ کر دم کرنا۔بیٹی بھی کرتی رہی' ماں بھی کرتی رہی' میں بھی کرتا رہا ٹھیک 17 مہینے کے بعد میں نے اس تھیلی کو کھولا اور اس میں سے نوٹ گننا شروع کیے۔مجھے معلوم تھا میں چھوٹے نوٹ ڈالتا تھا بڑے میرے پاس تھے نہیں' بعض اوقات میں ڈالتا ہی نہیں تھا۔لیکن سورۂ کوثر کا عمل ضرور کرتا تھا۔جب میں نے گننا شروع کیے تو میری عقل حیران رہ گئی۔ کہ 17 مہینے کے اندر 2 لاکھ 85 ہزار چھ سو اور 34 روپے نکلے میں حیران ہوا وہ کہاں سے آگئے؟ اتنی میری تنخواہ نہیں' گھر کے اخراجات زیادہ ہیں' زیادہ بڑے نوٹ ڈالے نہیں' بس یکا یک ایک بات ذہن میں آئی کہ تو اللہ کی رحمت کو نہیں دیکھتا' اپنی حیثیت کو دیکھ رہا ہے پھر اللہ کی رحمت کہاں جائے گی؟ یہ بات کرتے ہوئے اس کے آنسو آگئے اور وہ رو پڑا۔ ایک اور صاحب نے لکھا کہ میں نے رمضان المبارک میں برکت کی تھیلی والا عمل کیا میرے تو وارے نیارے ہو گئے' میری کمیٹیاں نہیں نکلتی تھیں اب کمیٹی نکلنا شروع ہو گئی' میرے گھر میں برکت نہیں تھی اب برکت ہو گئی' میری دو دکانیں تھیں ایک دکان بند ہو گئی تھی ایک میں مال کم تھا اسے بھی بند کرنے کا پروگرام تھا' دونوں **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

والدین جس خوشی سے اپنی اولاد کی شادی کرتے ہیں بعد میں بھی اسی خوشی کا اظہار کرنا چاہیے جبکہ مایوسی، بدمزگی پیدا کرنے کا سبب ہوتی ہے۔ شادی سادگی سے کرنی اچھی ہے اس طرح قرض نہیں ہوتا جبکہ قرض کی رقم سے حاصل ہونے والی خوشی وقتی ہوتی ہے

بے حسی برداشت نہیں ہوتی

ایک ماہ قبل ہم نے اپنے بیٹے کی شادی کی ہے۔ وہ کسی طرف توجہ ہی نہیں دیتا۔ ماں باپ کو تو بالکل نظرانداز کر دیا ہے۔ بس یہ چاہتا ہے کہ سب مل کر اس کا خیال رکھیں، اس سے گھر کے اخراجات کی بات نہ کی جائے نہ ہی یہ بتایا جائے کہ اس کی شادی پر ہم نے کتنا قرض لیا ہے۔ وہ ہر طرف سے لاتعلق ہو کر صرف خوش رہنا چاہتا ہے۔ مجھ سے یہ بے حسی برداشت نہیں ہوتی۔ میری بیوی بھی ہر وقت مایوس رہتی ہے۔ **(لطیف علی، کراچی)**

مشورہ: والدین جس خوشی سے اپنی اولاد کی شادی کرتے ہیں بعد میں بھی اسی خوشی کا اظہار کرنا چاہیے جبکہ مایوسی، بدمزگی پیدا کرنے کا سبب ہوتی ہے۔ شادی سادگی سے کرنی اچھی ہے اس طرح قرض نہیں ہوتا جبکہ قرض کی رقم سے حاصل ہونے والی خوشی وقتی ہوتی ہے۔ بہرحال اس وقت بیٹے اور بہو کو خوش رہنے دیں بلکہ آپ بھی ان کے ساتھ خوش اخلاقی سے پیش آئیں۔ اس طرح آپ لوگوں کے درمیان بڑھنے والے فاصلے کم ہوں گے تب بیٹے کو اخراجات اور قرض کی ادائیگی کے حوالے سے سمجھایا جا سکتا ہے۔

ماں کی خدمت، باپ کی خودغرضی

آج سے 18 سال قبل میرے شوہر سعودیہ گئے۔ چند ماہ تک ان سے رابطہ رہا، اس کے بعد وہ کہیں گم ہو گئے۔ پھر جو مجھ پر گزری وہ میں بیان نہیں کر سکتی۔ میں نے خود ملازمت کر کے بیٹے اور بیٹی کی پرورش کی۔ آج یہ دونوں بچے اپنے باپ سے ملنا چاہتے ہیں۔ اس باپ سے جس نے ان کی ماں کو دھوکا دے کر غائب ہو کر دوسری شادی رچالی۔ اب وہ واپس پاکستان آ گئے ہیں میں ان کی شکل تک دیکھنا نہیں چاہتی۔ **(عروسہ، راولپنڈی)**

مشورہ: یہ سمجھنے کی کوشش کریں کہ آپ کے جذبات جو اپنے شوہر کیلئے ہیں اور بچوں کے جذبات جو باپ کیلئے ہیں دونوں میں فرق ہے۔ وہ ملنا چاہتے ہیں تو انہیں نہ روکیں۔ ان کے سامنے آپ کی خدمات بھی ہیں اور باپ کی خودغرضی بھی۔ یہ بات وقت کے ساتھ ان کی سمجھ میں آ جائے گی جبکہ پابندیاں لگانے سے وہ الجھ جائیں گے۔

رویہ بگڑ گیا ہے

میری بیٹی اپنے شوہر کے ساتھ کینیڈا میں رہتی ہے پتہ نہیں اسے کیا ہوا ایک مرتبہ اس نے خود کو نقصان پہنچانے کی کوشش کی اور اس کے بعد بچوں کے ساتھ مار پیٹ کی۔ میں یقین نہ کرتی لیکن میری سگی بہن بھی وہیں ہے اس نے مجھے رو رو کر بتایا۔ اس کے بعد اس کے شوہر نے اس پر گھر سے باہر اکیلی یا بچوں کے ساتھ جانے پر پابندی لگا دی۔ اب بیٹی مجھ سے فون پر کہتی ہے کہ میں داماد سے کہوں وہ پابندی ہٹائے۔ مجھے بھی یہ بات ظلم لگتی ہے اور میرا دل چاہتا ہے کہ میں ضرور بات کروں کہ میری بیٹی اکیلی نہیں۔ **(عروج، اسلام آباد)**

مشورہ: یہ ٹھیک ہے کہ آپ کی بیٹی اکیلی نہیں لیکن اس حقیقت کو بھی قبول کرنے کی ضرورت ہے کہ آپ اس سے دور ہیں اب اگر اس کا رویہ بگڑ گیا ہے یا وہ خود کو نقصان پہنچانے کی بھی پروا نہیں کر رہی تو اس پر پابندیاں لگانی، اس کے اور بچوں کے حق میں بہتر ہے۔

مسئلہ کا حل طلاق نہیں

میری بہن جوانی میں بیوہ ہو گئیں وہ اپنے دو بچوں کے ساتھ ہمارے گھر میں ہیں۔ والدہ ان کا بہت خیال رکھتی ہیں۔ میری بیوی کو یہ بات برداشت نہیں ہوتی۔ وہ ان سے بدتمیزی کرتی ہے۔ میں نے اسے ایک طلاق دیدی ہے وہ اب بھی نہیں سدھری۔ اس کے گھر والے اس کی ہی حمایت کرتے ہیں حالانکہ وہ اپنے گھر میں بھی سب سے لڑتی تھی۔ **(محمد مدثر، لاہور)**

مشورہ: لڑائی جھگڑے، غصہ، بدتمیزی اور بدسلوکی کو روکنے کا یہ طریقہ نہیں کہ آپ طلاق دیدیں۔ ازدواجی زندگی کے درمیان یہ لفظ نہ ہی آئے تو اچھا ہے۔ بیوی کا رویہ بہتر کرنے کیلئے اسے سمجھانا چاہیے۔ مشکلات برقرار رہیں تو گھر کے کسی گوشے میں اس طرح رہنے کی سہولت دیں کہ وہ وہاں خود کو زیادہ پرسکون محسوس کر سکے۔ والدہ اور بہن کو بھی سمجھائیں کہ محبت سے رہیں، خاص طور پر وہ جس طرح بیٹی کا خیال رکھتی ہیں اسی طرح بہو سے بھی پیار و محبت سے پیش آئیں۔

یہ لوگ مجھے سمجھتے کیا ہیں؟

کوئی میرا دل توڑے، یہ مجھ سے برداشت نہیں ہوتا۔ میں ہر ایک سے محبت سے پیش آتی ہوں، سب کو تحفے دیتی ہوں اگر کوئی مذاق بنا دے تو بگڑ جاتی ہوں۔ پھر کوئی ہنستا ہے تو شدید غصہ آ جاتا ہے۔ آخر یہ لوگ مجھے سمجھتے کیا ہیں؟ **(افشین، لاہور)**

مشورہ: اگر آپ سب سے خلوص سے پیش آئیں گی تو مسئلہ نہ ہو گا لیکن غیرضروری التفات کریں گی تو مایوسی ہو گی۔ اس کے علاوہ آپ اگر لوگوں کو تحائف محض اس لیے دیں گی کہ وہ آپ کی قدر کریں تو مایوسی ہی ہو گی کیونکہ ہر شخص تو آپ کے تحائف کا مستحق نہ ہو گا اس لیے وہ مذاق بھی بنائے گا۔ لہٰذا فضول خرچی کو روکیں اس کے ساتھ درگزر کا رویہ بھی اپنانا ضروری ہے تاکہ غصے میں توانائی ضائع نہ ہو۔

انسان انسان ہے مشین نہیں

میں سکول میں پڑھاتا ہوں۔ وہاں سے آنے کے بعد والد کی دکان پر چلا جاتا ہوں اور رات گئے تک ان کے ساتھ مصروف رہ کر واپس لوٹتا ہوں تو ذہن بے حد تھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کے باوجود نیند نہیں آتی۔ کافی دیر تک جاگنے کے بعد آنکھ لگ جاتی ہے اور صبح سکول پہنچنے میں دشواری ہوتی ہے۔ پرنسپل کو مجھ سے شکایتیں رہنے لگی ہیں کہ تم کام میں سنجیدہ نہیں ہو۔ ادھر والد بھی گھر آ کر کہتے ہیں کہ اس کا ذہن کاروبار میں نہیں چلتا۔ میں ان لوگوں کی خواہش پر مشین تو بن گیا ہوں، اب اور کیا کروں؟ **(عاطف علی، حیدرآباد)**

مشورہ: انسان کو انسان رہنا چاہیے، مشین نہیں۔ صبح سے لے کر رات تک کی مصروفیت میں کچھ آرام کا وقت نکالنا ضروری ہے۔ ذمہ داری اور تحمل مزاجی سے اسی وقت کام کیا جا سکتا ہے جب ذہن پر کسی قسم کا بوجھ نہ ہو۔ سکول سے آنے کے بعد آرام کیا جا سکتا ہے یا پھر والد کیساتھ کام میں شامل رہیں۔ ایک جانب مکمل توجہ رہے گی تو کارکردگی سے اچھے نتائج حاصل ہونگے۔

مشکلات کا آسان اور فوری حل

محمد عبدالرحمٰن ملتان

حضرت مولانا شاہ نعیم الدین صاحب اخبارالاصغیاء میں لکھتے ہیں اگر کوئی سنگدل جماعت آپ پر اقتدار حاصل کر لے اور آپ کی زندگی عذاب بن جائے اور آپ اپنی عزت وآبرو کے لیے خطرہ محسوس کریں تو بعد نماز تہجد ہر روز گیارہ بار یہ آیات پڑھیں۔

عمل تسخیر

حضرت مولانا شاہ عبدالرحیم صاحب 'انوارالسالکین'' میں لکھتے ہیں ہزاروں آدمی عمل حب کی تلاش میں پریشان رہتے ہیں لیکن ان کو صحیح عمل دستیاب نہیں ہوتا مجھے اپنے شیخ محترم سے حب کا یہ عمل حاصل ہوا ہے اگر صحیح اور جائز مقصد کیلئے اس عمل کو پڑھا جائے تو بلاشبہ یہ بیش قدر نعمت ہے۔ عمل یہ ہے۔

يُوْسُفُ اَعْرِضْ عَنْ هٰذَا وَاسْتَغْفِرِیْ لِذَنْبِكِ اِنَّكِ كُنْتِ مِنَ الْخَاطِئِیْنَo وَقَالَ نِسْوَةٌ فِی الْمَدِیْنَةِ امْرَاَةُ الْعَزِیْزِ تُرَاوِدُ فَتٰهَا عَنْ نَّفْسِهٖ قَدْ شَغَفَهَا حُبًّا ط اِنَّا لَنَرٰهَا فِیْ ضَلٰلٍ مُّبِیْنٍ. (یوسف۔آیت نمبر 30,29) ان آیات کو ایک سو بار شیرینی پر دم کر کے مطلوب کو کھلا دی جائے تو وہ بے حد متاثر ہوگا۔

ظالم بھی سراپا رحمت بن سکتے ہیں

حضرت مولانا شاہ نعیم الدین صاحب اخبارالاصغیاء میں لکھتے ہیں اگر کوئی سنگدل جماعت آپ پر اقتدار حاصل کر لے اور آپ کی زندگی عذاب بن جائے اور آپ اپنی عزت وآبرو کے لیے خطرہ محسوس کریں تو بعد نماز تہجد ہر روز گیارہ بار یہ آیات پڑھیں۔

اِنَّ اللّٰهَ اشْتَرٰی مِنَ الْمُؤْمِنِیْنَ اَنْفُسَهُمْ وَاَمْوَالَهُمْ بِاَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ (توبہ' آیت نمبر 111) میں یقین کرتا ہوں کہ چند روز میں آپ کی مظلومیت اور بیکسی دور ہو جائے گی اور جو جماعت آپ کیلئے سراپا قہر ہے وہ سراپا رحم بن جائے گی۔ میں نے اپنے شیخ طریقت سے یہ بھی سنا ہے کہ اگر ان آیات کو بروز دوشنبہ ایک صاف کاغذ پر زعفران سے لکھ کر مال تجارت میں رکھ دیا جائے تو اس مال تجارت میں عظیم برکت ہوگی۔

مشکلات کا آسان علاج

حضرت مولانا شاہ احمد علی صاحب نے ایک مجلس میں بیان فرمایا کہ کلام الٰہی کی آغوش میں گرانقدر جواہر ریزے ہیں اور تیر بہدف اعمال ہیں اگر کوئی شخص کسی مصیبت یا پریشانی میں پڑ گیا ہے اور کسی طرح وہ مصیبت دور ہی نہیں ہوتی تو یہ عمل پڑھا جائے۔ نماز فجر پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے ذکر میں مشغول رہیے۔ یہاں تک کہ آفتاب بلند ہو جائے

پھر آپ دو رکعت نفل پڑھیے اس کے بعد سورۂ توبہ کی آخری دو آیتیں گیارہ بار پڑھیے۔

لَقَدْ جَآءَكُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِكُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْكُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُوْفٌ رَّحِیْمٌ o فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰهُ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ عَلَیْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ.

پھر سربسجدہ ہو کر حق تعالیٰ سے امن و عافیت طلب کیجئے میں یقین کے ساتھ یہ کہہ سکتا ہوں کہ چند روز میں آپ کی مصیبت دور ہو جائیگی اور دل کو اطمینان حاصل ہوگا۔

آسودہ حالی کس طرح حاصل ہوسکتی ہے؟

حضرت مولانا شاہ امانت اللہ صاحب نے ضیاء القلوب میں لکھا ہے جب مالی مشکلات کے بادل چھا جاتے ہیں تو میں دیکھتا ہوں کہ بعض لوگ در در کی ٹھوکریں کھاتے ہیں۔ کمزور اور فانی سہارے تلاش کرتے ہیں۔ ان کی صبح اور شام اداس ہوتی ہے۔ میں ایسے پریشان حال لوگوں کیلئے ایک مجرب عمل رکھتا ہوں۔ اس عمل کی جو تاثیر ہے وہ آپ کے سامنے آجائے گی۔

نماز فجر جماعت سے پڑھیے۔ پھر سُبْحَانَ اللّٰهِ وَبِحَمْدِهٖ اطمینان سے پڑھتے رہیے یہاں تک کہ آفتاب بلند ہو جائے پھر دو رکعت نماز پڑھیے اور اس کے بعد چوتھے پارہ کے گیارہویں رکوع کی یہ آیات اِنَّ فِیْ خَلْقِ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضِ سے لے کر وَاتَّقُوا اللّٰهَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُوْنَ۔ تک تین بار پڑھیے۔ امید ہے انشاء اللہ چند روز میں آپ کی مالی مشکلات بالکل ختم ہو جائیں گی اور آپ آسودہ حال ہو جائیں گے۔

دشمن سے نجات کا مجرب وظیفہ

اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف بعد نماز عشاء 313 مرتبہ پڑھیں۔ یَا نَجِیْعُ دشمن کا تصور کر کے پڑھیں۔

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس 'مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہو رہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

عظمہ نور' مس شاہین' اخلاق' فہیم حیات' سرحد۔ منیر' زاہدہ' اکبر خان' شازیہ شہزاد' محمد عبدالرحمٰن صدیقی' مس کلیم' فیصل' جمشید احمد' عمران' عشرت ملک' محمد رضوان' محمد یوسف' احمد' غلام سکینہ' محمد فاروق' صوفیہ نورین' مس شفیق' مس حمیرا جمیل' نیاز محمود' صوفیہ' مس شبیر' خالدہ منیر' عبیدہ خان' مامون جاوید' نجم طاہر' جمیل' توقیر رفعت' طاہرہ' فاطمہ جمیل' نائلہ عارف' فاروق' عرفان عامر' فوزیہ نصیر' لبنہ انجم' محمد اعظم' محمد آصف' مس سائرہ' منصور امتیاز ولی' ثمرین عقیل' سعدیہ' انور' فرحت بی بی' مس سعدیہ' عاصمہ' لاہور۔ محمد نعیم' سلمان' عبدالقادر' نسیم اکرم' حسین' جمیل' نسیم' تانیہ' عبدالحمید' محمد سلیم' ذیشان زاہد' غزالہ عبدالرحیم' فوزیہ ناصر' وسیع الرحمٰن' اکبر علی' ثمینہ' عنایت بی بی' ناظم' محمد زبیر' رقیہ اسلم' شہناز ارشاد' محمد عدیل' طاہر محمود' ظفر تنویر' امجد فرید' صفران مبارک' محمد اکبر' رجب علی' ناصرہ' بسمہ حنیف' نذیر اقبال' عائشہ' شوکت حمید' مس شوکت رخشندہ' خالد محمود' ثمینہ نعیم' شیر امجد' جمیلہ اقبال' مہناز بی بی' رخسانہ' خواجہ خرم' نسرین' مس شگفتہ ریاض' لاہور۔ زاہد' شاہدہ' ریاض احمد' محمد رضا' بشرا' ملک سجاد' عارف حسین' ثمینہ' راحیلہ لیاقت' جاوید احمد' محمد اویس ہمراہ اہلیہ' نجم شاہ' سید طارق محمود' قاسم وحید' عظمت' خالد ثمر' سلیم حسین' زاہدہ' رفعت' فریدہ نادیہ' شازیہ اصغر' خرم' افشاں' طلعت سلیم' بشارت محمود' شمشاد سرور' فرخ' بی بی زینب' فاروق اعظم' عبدالرحمٰن' مہر النساء' فرحان علی' ساجدہ صابر' محمد حسین' مس ریحان' روبینہ بی بی' نعیم خان انجم' شہزادہ تنویر' محمد عمران' محمد اویس بٹ' ناصر محمود' رشید' عائشہ عاصم' اخلاق محمود' راحت کلثوم' عالیہ' عدیل خالد' شمائلہ' لاہور۔ سعدیہ بتول' فرانہ' ذیشان' سید محمد احمد رضوی' لاہور۔ نور' نسیم حیدر' ماجد حیدر' مسعود انور' ناصر احمد' ایمان نعیم' اقبال خان' نعیم حیدر' فیصل' بشرا' شمیم' سعدیہ فیاض' سید ذاکر حسین' مہوش رحمان' وقاص' شمسہ خان' سمیرا اسلم' نجمہ صلاح الدین' محمد فیصل' سید نسیم عباس' محمد افضال' طیبہ' وسیم' محمد عمران' یاسر حیات' رابعہ نوشین' شہناز اختر۔

روزانہ کا کام بڑا انعام

سلیمان آصف، لاہور

''ننھی! بس اب دانے جمع کرنا بند کردو۔'' ایک دن خالہ جان نے ننھی سے کہا ''خالہ جان! میں کچھ دانے اور جمع کرنا چاہتی ہوں۔''، ننھی نے جواب دیا۔ اصل میں ننھی چاہتی تھی کہ خالہ جان بڑے بڑے دانے اس کے گھر جمع کرتی رہیں۔

کسی جنگل میں ایک ننھی چیونٹی اپنی بوڑھی ماں کے ساتھ رہتی تھی۔ ننھی چیونٹی کی ماں جب تک صحت مند تھی اپنے اور ننھی چیونٹی کیلئے مزے دار دانے لاتی لیکن جب اس کی ماں بیمار اور بوڑھی ہوگئی تو دانہ لانے کی ذمہ داری ننھی چیونٹی پر آپڑی۔

اس کی ماں نے اسے سمجھایا تھا کہ برسات سے پہلے پہلے بہت سا دانہ جمع کرنا ضروری ہے تا کہ سردیوں میں آرام رہے اور خوراک بھی آسانی سے ملتی رہے۔ ننھی نے پہلے دن بہت محنت کی اور بہت دور سے چند دانے گھر تک لے جاسکی۔ پھر اور دانے لانے سے انکار کردیا۔

اس کی ماں نے فکرمند لہجے میں کہا:

''ننھی! صرف ان چند دانوں سے تو کچھ نہ ہوگا۔ آخر ہم سردیوں میں اپنا پیٹ کیسے بھریں گے۔ اس وقت خوراک بالکل غائب ہوگی۔''

ننھی نے کہا ''یہ بہت مشکل کام ہے' میں تو صرف چند دانے لاسکتی ہوں۔ اس سے زیادہ نہیں۔'' یہ کہہ کر ننھی سوگئی۔

اگلے دن وہ پھر دانوں کی تلاش میں نکل پڑی۔ اس نے سوچا کہ میں اب بڑے بڑے دانے اپنے گھر میں جمع کروں گی۔ اسے ایک درخت کے قریب بہت سی چیونٹیاں جاتی نظر آئیں۔ جب وہ درخت کے قریب پہنچی تو وہاں روٹی کے بے شمار ٹکڑے پڑے تھے۔

اس نے دیکھا کہ جو چیونٹیاں چھوٹی ہیں وہ بڑی تیزی سے چھوٹے چھوٹے دانے منہ میں اٹھائے لے جارہی ہیں جبکہ بڑے چیونٹے بڑے بڑے دانے منہ میں دبائے جارہے تھے۔ اس نے ایک بڑا سا دانہ منہ میں پکڑا اور چل پڑی لیکن ابھی چند قدم چلی تھی کہ تھک گئی۔

اس دوران ایک بوڑھی چیونٹی کی نظر ننھی پر پڑی اس نے کہا: ''بھئی ننھی کیا بات ہے؟'' اس نے سارا قصہ سنایا۔ بڑی خالہ ہنس پڑیں۔ بڑی خالہ ننھی چیونٹی کو ایک درخت کے قریب لے گئی جہاں ٹھنڈی چھاؤں تھی۔

بڑی خالہ نے چھوٹی چیونٹیوں کی طرف اشارہ کیا ''تم بھی ان کی طرح پھرتی سے کام کرو اور چھوٹے دانے گھر لے جاؤ بڑے دانے تم نہیں لے جاسکتیں۔''

اچھا دیکھو ننھی! تم چھوٹے دانے میرے گھر پہنچاؤ اور میں بڑے بڑے دانے تمہارے گھر لے کر چلتی ہوں' لیکن ایک شرط ہے۔''

''خالہ! مجھے ہر شرط منظور ہے''، ننھی خوش ہوکر بولی۔

''تم ہر روز تین گھنٹے کام کروگی'' خالہ جان نے شرط بتائی تو ننھی نے فوراً کہا کہ اسے یہ شرط منظور ہے۔

دن گزرتے گئے چیونٹی پابندی سے روزانہ چھوٹے چھوٹے دانے خالہ جان کے گھر جمع کرتی اور خالہ جان بڑے بڑے دانے ننھی کے گھر لے جاتے۔

ننھی کی ماں خالہ جان سے بہت خوش تھیں کہ خوراک جمع کرنے میں مدد کررہے ہیں جب ننھی ذرا آرام کرتی تو خالہ جان فوراً اسے اٹھنے اور پابندی کرنے کی تاکید کرتیں۔

''ننھی! بس اب دانے جمع کرنا بند کردو۔'' ایک دن خالہ جان نے ننھی سے کہا ''خالہ جان! میں کچھ دانے اور جمع کرنا چاہتی ہوں۔''، ننھی نے جواب دیا۔ اصل میں ننھی چاہتی تھی کہ خالہ جان بڑے بڑے دانے اس کے گھر جمع کرتی رہیں۔ بس ننھی! خوراک بہت زیادہ جمع ہوگئی ہے۔ اتنی کافی ہے۔'' خالہ جان نے ننھی کو سمجھایا تو اس نے بات مان لی۔ پھر ننھی اور خالہ جان اپنے اپنے گھروں کو روانہ ہوگئے۔

دن گزرتے رہے۔ ننھی کے ہاں بہت سی خوراک جمع تھی۔ خوراک کے بڑے بڑے دانے دیکھ کر ننھی خالہ جان کی شکرگزار تھی۔ ایک دن جب سردیاں زوروں پر تھیں۔ سب جانور اپنے اپنے گھروں میں آرام کررہے تھے کہ اچانک ننھی کے گھر کے دروازے پر دستک ہوئی۔

ننھی نے دروازہ کھولا تو خوشی سے اس کی چیخ نکل گئی۔ مہربان خالہ جان سامنے کھڑی تھیں۔

ننھی نے جلدی سے انہیں اندر بلالیا اور ان کی خوب خاطر کی۔ اس کی ماں بھی خالہ جان کی بہت شکرگزار تھیں۔

''خالہ جان! آپ کی بہت بہت مہربانی!''، ننھی نے خالہ جان سے کہا۔ ''کیوں ننھی! کس بات کی مہربانی؟'' خالہ جان حیرت سے بولیں۔

''خالہ جان! آپ نے یہ اتنی ساری خوراک جو ہمیں دی۔'' ننھی نے خوراک کے بڑے ڈھیر کی طرف اشارہ کیا۔

اچھا! خالہ جان نے قہقہہ لگا کر کہا لیکن تم نے وہ خوراک تو دیکھی ہی نہیں جو میں نے گودام میں جمع کی ہے' جو تم لائی تھیں۔''

خالہ جان! وہ تو چھوٹے چھوٹے دانے تھے۔ ان کے مقابلے میں ان بڑے دانوں کا کیا مقام ہے۔

خود دیکھو گی تو پتا چلے گا کہ کس کی خوراک زیادہ ہے۔ وہ جو تم نے جمع کی تھی یا یہ بڑے بڑے دانے جو میں نے تمہارے گھر میں جمع کیے ہیں۔ خالہ جان نے کہا اور اس کی ماں سے اجازت لی کہ وہ ننھی کو اپنے گھر لے جارہے ہیں تا کہ اسے خوراک دکھاسکیں۔ اس کی ماں نے اجازت دیدی اور خالہ جان ننھی کو لے کر اپنے گھر روانہ ہوگئیں۔

ارے خالہ جان! ننھی کے منہ سے حیرت کے مارے چیخ نکل گئی۔ کیوں ننھی! دیکھا تم نے کتنی خوراک جمع کی ہے۔ اب بتاؤ وہ خوراک زیادہ تھی یا یہ چھوٹے چھوٹے دانے! خالہ جان نے مسکراتے ہوئے پوچھا۔ خالہ جان! میں ماننے کو تیار نہیں ہوں میں اتنی ساری خوراک جمع نہیں کرسکتی۔ اس نے زور زور سے نفی میں سر ہلایا۔

دیکھو ننھی! خالہ جان نے اسے سمجھاتے ہوئے کہا یہ سب خوراک تم نے جمع کی تھی۔ یہ اس لیے بہت زیادہ ہے کہ تم نے ایک مہینے میں ہر روز بہت محنت اور ایمانداری سے کام کیا ہے۔ تم نے کام کے دوران ایک لمحہ بھی آرام نہیں کیا۔ یہ اسی کا کمال ہے۔ یاد رکھو! محنت اور کام کو باقاعدگی سے کرنے میں ہی کامیابی ہے۔ اتنی بڑی کامیابی کہ تم حیران ہوجاؤ گی۔ اتنی حیران جتنی کہ تم اب ہورہی ہو۔

پھر خالہ جان نے ننھی کو اس ڈھیر میں سے کچھ خوراک اور دیدی۔ وہی ننھے اور چھوٹے چھوٹے دانوں پر مشتمل خوراک۔ ننھی نے خالہ سے کہا۔ ''اللہ آپ کو بہترین جزائے خیر عطا فرمائے''۔

وہ نامعلوم بزرگ تھے یا جن؟؟؟

ایم اے قریشی، ملتان

کہنے لگا اقبال صاحب ایک کتے کیساتھ کھانا کھا رہے ہو اس کے ان الفاظ پر اقبال صاحب کو طیش آ گیا اور گالیاں دینے لگ گئے اور کہنے لگے کہ غور سے دیکھو یہ تمہیں کتا نظر آتا ہے۔ بقول اس شخص کے کہ جب میں نے دیکھا تو وہ کتا نہیں تھا بلکہ ایک سفید ڈاڑھی والا بزرگ تھا

جیسا کہ آپ سب کو معلوم ہے کہ ملتان شریف ''مدینۃ الاولیاء'' کے نام سے مشہور ہے۔ بقول بزرگان دین ملتان میں سوا لاکھ اولیاء کرام ظاہر ہیں اور سوا لاکھ باطن ہیں اور واقعی اہل علم بڑے ادب وآداب سے ملتان کا تذکرہ کرتے ہیں یہاں پر بہت بڑی بڑی بزرگ ہستیاں قیام پذیر ہیں اور ان کے مزارات ہیں کوئی پتا نہیں کب اور کہاں کوئی بزرگ مل جائے، غوث، قطب، ابدال مختلف روپ دھار کر پھرتے رہتے ہیں۔ ان سے متعلق بہت سے واقعات ہیں جو کہ بالکل سوفیصد سچ ہیں اور وہ ایسی ایسی کرامات دکھا دیتے ہیں جن سے عقل حیران رہ جاتی ہے۔

ایسا ہی ایک واقعہ آج قلمبند کر رہا ہوں۔ تقریباً آٹھ سے دس سال قبل ''اقبال'' نامی شخص اکثر گلی کوچوں میں کتوں کے ہمراہ ہوتا تھا، ہر وقت دو تین کتوں کو لیکر گھومتا تھا کسی کو کندھوں پر بٹھایا ہوتا تھا کسی کو گود میں اور اکثر ان کیساتھ ایک ہی برتن میں کھانا وغیرہ کھالیتا تھا۔ کئی لوگوں کی اس کے بارے میں مختلف رائے تھی۔ کوئی کہتا کہ چلہ کیا تھا الٹ ہوگیا، کوئی کہتا پاگل ہوگیا ہے، اس کے اپنے گھر والوں نے بھی بہت علاج کروایا مگر آرام نہ آیا اور آخر انہوں نے اس کو اس کے حال پر ہی چھوڑ دیا۔ ایک دن وہ ''اقبال'' فٹ پاتھ پر بیٹھا ایک کتے کیساتھ کھانا کھا رہا تھا کہ ایک شخص جو کہ اس کو جانتا تھا کہنے لگا اقبال صاحب کتے کیساتھ کھانا کھا رہے ہو، اس کے ان الفاظ پر اقبال صاحب کو طیش آ گیا اور گالیاں دینے لگ گئے اور کہنے لگے کہ غور سے دیکھو یہ تمہیں کتا نظر آتا ہے۔ بقول اس شخص کے کہ جب میں نے دیکھا تو وہ کتا نہیں تھا بلکہ ایک سفید ڈاڑھی والا بزرگ تھا جو کہ اقبال کیساتھ کھانا کھا رہا تھا۔ اس دن کے بعد کسی نے بھی اسکا مذاق نہیں اڑایا۔ اب تقریباً ایک سال سے وہ بالکل ٹھیک ہے، باقاعدہ صبح کام پر جاتا ہے۔ اب ہم نے اس کا نام علامہ رکھ دیا ہے۔ کسی بھی مسئلہ کا جواب ہو قرآن سے دیتا ہے بلکہ سورۃ کا نام آیت نمبر کا حوالہ بھی دیتا ہے اور ترجمہ اردو اور انگلش میں کرتا ہے جس سے ہم سب حیران ہیں کہ یہ علم کب اور کیسے اسے ملا اور بہت ہی اچھا خطیب ہے بلکہ بہت معلوماتی تقاریر کرتا ہے اور بالکل دائرہ اخلاق میں اور ایک عالم سے بھی زیادہ آسان الفاظ میں سمجھاتا ہے۔

ہر سوموار مراقبہ میں ذکر اللہ میں شرکت کرتا ہے۔ اکثر میرے پاس دکان پر بھی آتا رہتا ہے بلکہ پچھلے سوموار تو اس نے اور میں نے اکٹھے ایک ہی برتن میں کھانا کھایا تھا۔ وہ میرے پیر ومرشد کا بہت عقیدت مند ہے۔ بہر حال یہ ایک علیحدہ موضوع ہے کہ اسے کیا فیض ملا اور وہ کیوں پیر ومرشد کا احترام اور محبت کرتا ہے۔

مگر اصل حیران اور پریشان کن یہ بات ہے کہ ایک وہ وقت تھا بلکہ ایک پاگل اور مجذوبی حالات سے دوچار تھا مگر ایک وقت یہ ہے کہ اتنی دین کی معلومات ہیں کہ کیا کوئی عالم دیگا۔ آخر یہ سب کچھ ہے اور کیسے ہوا ہم سب کی عقل حیران ہے مگر بقول شاعر یہ شعر صدق آتا ہے کہ

نگاہ ولی میں وہ تاثیر دیکھی
بدلتی ہزاروں کی تقدیر دیکھی

رزق کی تنگی دور کرنے کیلئے

گھر میں رزق کی تنگی دور کرنے کیلئے تمام بہن بھائی ان باتوں پر عمل کریں۔ انشاء اللہ گھر میں رزق کی برکت ہوگی۔ دنیا میں بھی سکون ملے گا اور قبر اور آخرت بھی بنے گی۔

☆ جھوٹ کبھی نہ بولیں، ہمیشہ سچ بولیں کیونکہ جھوٹ رزق کو کھا جاتا ہے۔ ☆ نماز کی پابندی کریں اور ہمیشہ حلال رزق استعمال کریں۔ ☆ ہر نماز کے بعد تسبیحات فاطمہؓ ایک دفعہ آیۃ الکرسی اور ایک دفعہ سورۃ الم نشرح پڑھیں۔

☆ رات سونے سے پہلے سورۂ یٰسین اور سورۂ واقعہ پڑھیں۔ ☆ جب بھی گھر واپس آئیں تو داخل ہونے سے پہلے آیۃ الکرسی پڑھ لیا کریں۔ ☆ گھر میں کوئی ہو یا نہ ہو فوراً سلام کریں اور ایک دفعہ کوئی سا بھی درود شریف اور ایک دفعہ سورۂ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ ☆ حسب توفیق ہر ماہ صدقہ کر دیا کریں مگر حلال رزق سے اللہ پاک حرام کھانے والوں کی نماز، روزہ اور کوئی بھی نیک عمل قبول نہیں کرتا۔

☆ زکوٰۃ پابندی سے ادا کیا کریں۔ صدقات اور زکوٰۃ سے رزق بڑھتا ہے کم نہیں ہوتا۔ (بندہ خدا، واہ کینٹ)

مانگی روٹی ملے دس ہزار دینار

''پروردگار! میں نے تیرے سامنے روٹی کی خواہش کا اظہار کیا تھا تو نے مجھے اتنی مقدار میں دنیا دے دی

منقول ہے کہ ایک دن حضرت ابراہیم بن ادہم رحمۃ اللہ علیہ کو بھوک لگی تو انہوں نے ایک شخص کو ایک چیز دی جوان کے پاس موجود تھی اور اس سے کہا اس کو گروی رکھ کر کھانے کا انتظام کرو جب وہ شخص وہ چیز لے کر وہاں سے نکلا تو اچانک اس کو ایک اور شخص ملا جو ایک خچر کے ساتھ چلا آ رہا تھا اس خچر پر چالیس ہزار دینار لدے ہوئے تھے اس نے اس شخص سے حضرت ابراہیم ادہم رحمۃ اللہ علیہ کے بارے میں پوچھا اور کہا کہ یہ چالیس ہزار دینار ابراہیم رحمۃ اللہ علیہ کی میراث ہیں جو ان کے والد کے مال سے پہنچی ہے میں ان کا غلام ہوں میراث کا یہ مال میں ان کی خدمت میں لایا ہوں اس کے بعد وہ شخص حضرت ابراہیم بن ادہم رحمۃ اللہ علیہ کے پاس پہنچا اور چالیس ہزار دینار ان کے حوالے کیے۔ حضرت ابراہیم رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ اگر تم سچ کہتے ہو کہ تم میرے ہی غلام ہو اور یہ مال بھی میرا ہی ہے تو میں تمہیں خدا کی خوشنودی کیلئے آزاد کرتا ہوں اور یہ چالیس ہزار دینار بھی تمہیں بخشتا ہوں۔ بس تم اب میرے پاس سے چلے جاؤ۔ جب وہ شخص وہاں سے چلا گیا تو حضرت ابرہیم ادہم رحمۃ اللہ علیہ نے کہا کہ ''پروردگار! میں نے تیرے سامنے روٹی کی خواہش کا اظہار کیا تھا تو نے مجھے اتنی مقدار میں دنیا دے دی! پس قسم ہے تیری ذات کی! اب اگر تو مجھے بھوک سے مار بھی ڈالے گا تو تجھ سے کچھ نہیں مانگوں گا۔''

ستر ہزار فرشتوں کی دعا

جو شخص تین مرتبہ بعد نماز فجر اَعُوْذُ بِاللّٰهِ السَّمِيْعِ الْعَلِيْمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيْمِ پڑھے اور سورۂ حشر کی آخری آیتیں ایک مرتبہ پڑھے تو ستر ہزار فرشتے شام تک اور مغرب کے بعد پڑھے تو صبح تک اس پڑھنے والے کیلئے دعائے مغفرت کرتے ہیں اور اگر اسی دن یا رات میں اس کی موت واقع ہو جائے تو اس کو قیامت کے دن شہیدوں میں شمار کیا جائے گا۔ (رواہ ترمذی)

حفاظت کا عمل

آپ ﷺ نے حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو یہ دعا سکھائی اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَسْئَلُکَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِیْ دِيْنِیْ وَدُنْيَایَ وَاَهْلِیْ وَمَالِیْ. (بخاری) (دانش

رزق حرام سے زندگی تنگ ہوگئی

لیکن معاشرے کا اصول ہے کہ ہم کسی کے اندر کوئی عیب دیکھتے ہیں تو بجائے اپنے گریبان میں جھانکنے کے اس کے عیبوں کو لوگوں کے سامنے لاتے ہیں یہ ذرا بھر احساس نہیں ہوتا کہ اگر ہم اس کشتی کے مسافر ہوتے تو کیا بیتتی؟؟؟

(س' ف' خان' پوشیدہ)

حکیم صاحب بندہ اپنے اردگرد ہونے والے معاملات اور مشاہدات کو سوچتا رہتا ہے اور ان کے نتائج پر غور و فکر کرتا رہتا ہے۔ آج میں اپنے ایک قریبی دوست کی کہانی ان کی ہی زبانی بیان کرنا چاہتا ہے:۔

''بندہ کے والد نے پہلے واپڈا میں کچھ عرصہ نوکری کی اور اس کے بعد آرمی میں بطور سٹینو بھرتی ہو گیا وہ بھی تقریباً 10 یا 12 سال نوکری کے بعد سخت بیمار ہونے کی وجہ سے میڈیکل ریٹائرمنٹ لے لی اور بعد میں تندرست ہونے کے بعد بچوں کو ٹیوشن وغیرہ پڑھانی شروع کر دی اور دو یا تین دفعہ لوگوں سے فراڈ بھی کیا اور غیر عورتوں سے بھی تعلقات بنا رکھے تھے اور خود بھی انگلش موویز دیکھتے اور ہم تینوں بھائی ابھی چھوٹے ہی تھے کہ ہمیں بھی دکھاتے جو کہ لڑائی جھگڑے کے علاوہ بے حیائی بھی ہوتی تھی اور والدہ منع کرتیں تو کہتے کہ انہیں دنیا داری کا بھی پتا ہونا چاہیے۔ اب جب کہ وہ بوڑھے ہو گئے ہیں اور عمر تقریباً 76 سال کے قریب ہے اب اللہ تعالیٰ عزوجل کی ہی عبادت میں مصروف رہتے ہیں اور والدہ کی جب شادی والد صاحب سے ہوئی تھی تو والد محترم کے والدین وفات پا چکے تھے اور والد محترم کی شادی بڑی بہن نے کروائی تھی مگر والدہ ماجدہ عیسائی مذہب سے تھیں کیسے شادی ہوئی اس کا علم نہ ہے مگر جب ہم تمام بھائی اور بہن چھوٹے چھوٹے تھے نانا کے گھر جاتے تھے وہ عیسائی تھے اور اب بھی والدہ کا خاندان سوائے والدہ کے تمام عیسائی ہی ہیں اور والدہ کے خاندان کے ساتھ بہت کم تعلق ہے نہ ہی ہم ان کو ملتے ہیں اور نہ ہی وہ ہم کو ملتے ہیں والد محترم کا خاندان بھی ہم سے کم ہی ملتا ہے والدہ کی وجہ سے مرنا جینا بھی ختم کیا ہوا ہے اور نہ ہی کچھ ہمارے حالات اچھے ہیں کہ ان سے مل سکیں کیونکہ وہ لوگ ہمیں اچھا نہیں سمجھتے۔

والد محترم کی نوکری کے بعد والدہ ماجدہ نے پولیس میں بطور لیڈی کانسٹیبل نوکری کی اور بہت سا مشکوک رزق گھر میں آتا رہا خاص طور پر لاہور کی چند مشہور بزرگوں کی درگاہ سے پیسے وغیرہ امی جان بہت لایا کرتی تھیں کیونکہ ان کی ڈیوٹی درباروں پر لگتی تھی اور لیڈی ملزمان سے ملنے آنے والوں سے بھی رشوت وغیرہ لیا کرتی تھیں اور والد صاحب ان پیسوں کے ساتھ عیاشی بھی کیا کرتے تھے۔ والدہ ماجدہ کی تنخواہ اور مشکوک پیسوں سے ہمارا گزر بسر اور پرورش ہوئی ہے اور اب موجودہ حالات بدتر سے بدتر ہیں والدہ ماجدہ کو اولاد سے بھی سکون نہ ہے اور نہ ہی اولاد اس قابل ہے کہ والدین کی اچھے طریقے سے دیکھ بھال کر سکے۔ بندہ کی بھی تنخواہ اتنی نہ ہے کہ والدین کی اچھے طریقے سے دیکھ بھال کر سکے اور بچیوں کو اعلیٰ دینی اور دنیاوی تعلیم دلوا سکے بندہ سے بھی بہت سی بڑی بڑی غلطیاں سرزد ہوئی ہیں شادی سے پہلے بھی اور شادی کے بعد بھی۔ ان گناہوں کی وجہ سے پریشان اور بے حال ہیں۔ ہمارے والدین کے گناہوں اور مشکوک رزق کے اثرات ہماری زندگیوں پر آگئے ہیں اور میں بہت پریشان ہوں اور ان حالات سے نکلنا چاہتا ہوں لیکن کچھ سمجھ نہیں آتی کہ کیا کروں اور کہاں جاؤں؟ میرے نصیب میں تو سکون نہیں ہے لیکن کاش میری آنے والی نسل سکون اور اطمینان سے رہ سکے۔۔ میرے لیے دعا کریں۔''

عیب نکالنے کا عبرت انگیز واقعہ

(بنت مشتاق احمد' کنڈیارو)

کسی نے سچ کہا ہے پہلے تو لو پھر بولو' اللہ تعالیٰ کے راز اللہ ہی جانتا ہے۔ مجھے اپنی جاننے والی نے ایک واقعہ بیان کیا جو سن کر میرے رونگٹے کھڑے ہو گئے میرے دل پر اتنا اثر ہوا سوچنے لگی کاش ہر ایک دوسرے کا دل دکھانے سے پہلے یہ سوچ کہ انسان کا دل دکھانا کعبہ کی بے حرمتی سے بڑھا ہوا ہے۔

لیکن معاشرے کا اصول ہے کہ ہم کسی کے اندر کوئی عیب دیکھتے ہیں تو بجائے اپنے گریبان میں جھانکنے کے اس کے عیبوں کو لوگوں کے سامنے لاتے ہیں یہ ذرا بھر احساس نہیں ہوتا کہ اگر ہم اس کشتی کے مسافر ہوتے تو کیا بیتتی؟؟؟

واقعہ کچھ اس طرح ہے کہ دو عورتیں آپس میں بہنیں تھیں بڑے پیار محبت سے رہتی تھیں جب ان کے والدین نے ان کی شادی کروائی وہ اپنے گھروں کو چلی گئیں۔

اللہ تعالیٰ نے ان دونوں کو اولاد کی نعمت سے نوازا آخر وہ وقت آیا کہ ان کی اولاد بڑی ہوئی تو ایک بہن نے دوسری بہن سے اس کی بیٹی کا رشتہ مانگا تو بہن نے محبت کی بنا پر بلا توقف اس کی بات کو قبول کر لیا جس کے نتیجے میں ان کی اولاد کی منگنی ہوئی چونکہ جس لڑکی کی منگنی ہوئی کی۔ وہ عینک لگاتی تھی کچھ عرصے بعد ان دونوں بہنوں کے درمیان کچھ اختلاف ہو گیا۔ بات یہاں تک پہنچی کہ جس کا بیٹا تھا اس نے اپنی بہن کو کہا کہ میں اپنے بیٹے کی شادی تمہاری بیٹی سے نہیں کروا سکتی اپنے صحیح سالم بیٹے کی شادی ایک اندھی لڑکی سے کیسے کروا سکتی ہوں۔ کہنے والی نے یہ نہیں سوچا کہ ایک ماں کے دل پر کیا گزر رہی ہوگی جب اولاد کے عیوب ماں کے سامنے تراشے جائیں اور عیب نکالنے والی بھی وہ عورت جس کے ساتھ بچپن کے دن گزارے۔ ایک ماں کی کوکھ سے جنم لیا ایک ہی گھر میں پلیں۔ بس خدا کا کرنا انسان بیچارہ نہیں جانتا اس کی تقدیر میں کیا ہے؟ وہ عورت اپنی بہن کو درد بھرے الفاظ کہہ کر گھر واپس لوٹی تو اس کو خیال آیا کہ نیچے لوہے کے پائپ رکھے ہوئے ہیں وہ چھت پر منتقل کروں اس نے اپنے سب سے چھوٹے بیٹے کو کہا کہ تم میرے ساتھ کام کرو جب اس نے اپنے بیٹے سے پائپ لینا شروع کیے تو اچانک سے ایک پائپ اس کے ہاتھ سے چھوٹ کر لڑکے کی آنکھ میں جا لگا جس کی وجہ سے اس کی آنکھ پپوٹے سمیت نکل کر زمین پر آگری۔ آپ خود اندازہ کرو اس کی ماں کے دل پر کیا قیامت آئی ہوگی اس کا دل کیسے دکھ کی وجہ سے چھلنی ہوا ہوگا۔ اولاد تو اولاد لیکن چھوٹی اولاد سے تو سب سے زیادہ محبت ہوتی ہے۔ اس قیامت صغریٰ کی وجہ صرف اس کے وہ الفاظ تھے کہ میں اپنے صحیح سالم بیٹے کی شادی ایک اندھی لڑکی سے کیسے کروا سکتی ہوں۔ کسی نے کہا ہے کہ تیر کے زخم بھر جاتے ہیں لیکن زبان کے زخم نہیں بھرتے۔ اسی لیے تو رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ ''جو شخص مجھے زبان کی حفاظت کی ضمانت دے میں اس کو جنت کی ضمانت دیتا ہوں۔'' ایک صحابی رسول ﷺ روزانہ اپنی زبان کو پکڑ کر کہتے تھے اے زبان! اگر تو ٹھیک ہو گئی تو سارے کام ٹھیک ہو جائیں گے اور اگر تو خراب نکلی تو سارے کام خراب۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ہم سب کو زبان کی حفاظت کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

اکسیر سوکھڑا اطفال

جائفل' نیم بریاں دو ماشہ' چینی دو ماشہ' سوہاگہ بریاں ایک رتی' سفوف بنالیں ایک رتی کی خوراک پانی یا دودھ سے دیں اور سرسوں کے تیل کی روزانہ مالش کریں۔ کم از کم چالیس روز تک۔ (محمد یونس قادری ٹنڈو آدم)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ‘ تجربہ‘ کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جون کے جوابات

1۔جس کمرے میں چھپکلیاں ہوں اس کے چاروں کونوں میں سات سات بار سورۃ الماعون پڑھیں۔ انتہائی آزمودہ اور مجرب عمل ہے۔ اگر چھپکلیوں کے علاوہ کاکروچ یا چوہے وغیرہ بھی ہوں تو بھی یہ عمل بہت کام کرتا ہے۔ یہ ہم نے بارہا آزمایا ہے اور اس کے لاجواب رزلٹ ملے ہیں۔ **(محمد نعیم شہزاد‘ اسلام آباد)**

2۔محترم یعقوب صاحب میری ایک جاننے والی کو بھی یہی مسئلہ تھا جو آپ کی بیگم کو ہے۔ ہم نے بھی ہر جگہ سے علاج معالجہ کروایا لیکن کہیں سے بھی آرام نہ آیا۔ پھر ہمیں کسی بزرگ نے یہ نسخہ دیا جو ہم نے باقاعدگی سے تقریباً دو ماہ استعمال کیا۔ الحمدللہ وہ اب بالکل تندرست ہیں۔ نسخہ یہ ہے:۔ **ھوالشافی:** بکھڑا 100 گرام۔ اسگندنا گوری 100 گرام لے اکٹھا پیس کر ایک چمچہ صبح وشام گرم دودھ کے ہمراہ دو ماہ استعمال کریں۔ **(مقصود بیگم‘ لالیاں)**

3۔محترمہ آپ کا مسئلہ واقعی توجہ کے لائق ہے۔ آپ قد بڑھانے کیلئے پھل اور دودھ زیادہ سے زیادہ استعمال کریں اور ساتھ ورزش بھی کیا کریں۔ گھر میں کسی پائپ کے ساتھ لٹکا کریں۔ یہ ورزش کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے کریں۔ اور دوسرے مسائل کیلئے درج ذیل نسخہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔

ھوالشافی: گوند کیکر اور تخم سرس ہموزن پیس کر 1/4 چمچہ دودھ کے ہمراہ 3 بار۔ 3 ماہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کے تمام مسائل حل ہوجائیں گے۔ **(عبدالعزیز‘ حیدرآباد)**

4۔محترم بھائی کامران صاحب آپ نے اپنے سوال میں یہ کہا کہ آپ کے کسی کے ساتھ تعلقات نہیں ہیں جس کی وجہ سے آپ کا کیس بہت کمزور ہے۔ لیکن اگر آپ اللہ کے ساتھ اپنے تعلقات مضبوط بنائیں تو اس سے زیادہ طاقتور ہستی اور کوئی نہیں۔ آپ سورۃ الفیل روزانہ سینکڑوں کی تعداد میں پڑھیں۔ انشاء اللہ آپ کے سب مسائل حل ہوجائیں گے اور آپ کو انصاف مل جائے گا۔

(محترمہ فوزیہ‘ لالہ موسیٰ)

جولائی کے سوالات

1۔السلام علیکم قارئین! میں اپنا مسئلہ لیکر حاضر ہوئی ہوں۔ میں جسمانی طور پر انتہائی تکلیف میں ہوں۔ تقریباً 10 سال سے مجھے مہروں کا مسئلہ تھا۔ درد کے بہت ٹیکے لگوائے اور گولیاں کھائیں۔ اب یہ حال ہے کہ جسم بہت پھول چکا ہے‘ ہاتھ پاؤں اور بازو بہت پتلے‘ جسم اتنا پھول چکا کہ انگلی سے دباؤ تو گھڑا پڑ جاتا ہے۔ سب رپورٹ کرانے پر پتہ چلا کہ پیشاب میں یورک ایسڈ کا بھی مسئلہ ہے جس کی وجہ سے ٹانگوں اور پاؤں میں بہت درد ہوتا ہے۔ کوئی ہاتھ بھی لگائے تو ایسا لگتا ہے جیسے کوئی گوشت قینچی سے کاٹ رہا ہو۔ جوڑوں سے ٹیسیں اٹھتی ہیں۔ اس مسئلے کی وجہ سے میں بہت مصیبت میں ہوں۔ زمین پر پاؤں کے بل بیٹھ بھی نہیں سکتی۔ بیٹھوں تو گر جاتی ہوں۔ خون میں کیلشیم کی بھی کمی ہے۔ ان علامات کی روشنی میں براہ کرم میرے لیے کوئی نسخہ تجویز کریں اور یورک ایسڈ کا مسئلہ بھی حل ہوجائے اور پھولا ہوا جسم جوجگہ جگہ سے باہر نکلا ہوا وہ بھی ٹھیک ہوجائے۔ اللہ آپ کو دونوں جہانوں میں اس کا اجر دے‘ ساری زندگی آپ کی احسان مند رہوں گی۔ **(صائمہ جبیں)**

2۔محترم قارئین! میری عمر 45 سال ہے اور عرصہ 4 سال سے میرے مقعد کے بائیں طرف بھگندر پھوڑا نکلا ہوا ہے بہت علاج کروایا ہے لیکن افاقہ نہیں ہوا کسی بہن بھائی کے پاس اس کا کوئی طبی یا روحانی علاج ہو تو بتا کر شکریہ کا موقع عنایت فرمائیں۔ **(چوہدری اللہ دتہ‘ ٹوبہ ٹیک سنگھ)**

3۔محترم قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے اپنا نیچے والا ہونٹ چھیلنے کی عادت تھی‘ ہونٹ چھیلنے کی وجہ سے ہونٹ موٹا ہوگیا ہے اگر کسی بہن یا بھائی کے پاس میرے مسئلہ کوئی حل ہو تو بتائیں۔ آپ کی بڑی مہربانی ہوگی۔ میں بہت پریشان ہوں۔ **(اقراء ثناء‘ ملتان)**

4۔محترم قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ اگست میں رمضان المبارک آرہا ہے۔ مجھے ویسے ہی بہت زیادہ پیاس اور گرمی لگتی ہے‘ جان نکلنے لگتی ہے۔ آدھا گھنٹہ بھی بغیر پانی کے نہیں رہ سکتا۔ بہت زیادہ پریشانی ہے کہ روزے کس طرح پورے کرونگا‘ اگر قارئین کے پاس کوئی ٹوٹکہ ہے تو مجھے ضرور بتائیں۔ **(محمد ممتاز)**

مناقب صحابہؓ واہل بیتؓ

قسط نمبر 16

حضرت ابورافع رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کو ایک جگہ بھیجا جب وہ واپس تشریف لائے تو آپ ﷺ نے ان سے فرمایا اللہ تعالیٰ‘ اس کا رسول ﷺ اور جبرائیل علیہ السلام تم سے راضی ہیں۔ **(امام طبرانی)**

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ چھ ماہ تک حضور نبی کریم ﷺ کا یہ معمول رہا کہ جب نماز فجر کیلئے نکلتے تو حضرت فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کے دروازہ کے پاس سے گزرتے ہوئے فرماتے: ’’اے اہل بیت! نماز قائم کرو (اور پھر یہ آیت مبارکہ پڑھتے) ’’اے اہل بیت! اللہ چاہتا ہے کہ تم سے (ہر طرح کی) آلودگی دور کردے اور تم کو خوب پاک وصاف کردے‘‘ **(ترمذی‘ احمد)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ جب یہ آیت نازل ہوئی ’’اے محبوب! فرما دیجئے کہ میں تم سے صرف اپنی قرابت کے ساتھ محبت کا سوال کرتا ہوں۔‘‘ تو صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ آپ کے قرابت والے کون ہیں جن کی محبت ہم پر واجب کی گئی ہے؟ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: علیؓ، فاطمہؓ، اور ان کے دونوں بیٹے (حسنؓ اور حسینؓ)۔‘‘ **(طبرانی)**

حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی تین خصلتیں ایسی بتائی ہیں کہ اگر میں اُن میں سے ایک کا بھی حامل ہوتا تو وہ مجھے سرخ اونٹوں سے زیادہ محبوب ہوتی۔ آپ ﷺ نے (ایک موقع پر) فرمایا: علی رضی اللہ عنہٗ میرے لیے اسی طرح ہے جیسے ہارون علیہ السلام‘ موسیٰ علیہ السلام کیلئے تھے (وہ نبی تھے) مگر میرے بعد کوئی نبی نہیں اور فرمایا: آج اس شخص کو علم عطا کروں گا جو اللہ اور اس کے رسول سے محبت کرتا ہے اور اللہ اور اس کا رسول اس سے محبت کرتے ہیں (راوی کہتے ہیں کہ) میں نے حضور نبی اکرم ﷺ کو (اس موقع پر) یہ فرماتے ہوئے بھی سنا: ’’جس کا میں مولا ہوں اس کا علی مولا ہے۔‘‘ **(نسائی)**

حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: آگاہ رہو! بے شک اللہ میرا ولی ہے اور میں ہر مؤمن کا ولی ہوں‘ پس جس کا میں (ﷺ) مولا ہوں اُس کا علیؓ مولا ہے۔‘‘

آسیبی اثرات

خواب: میں نے خواب دیکھا میں اور میری چھوٹی بھابی چھت پر کپڑے دھونے گئے ہیں۔ چھت پر دو کالی سیاہ چڑیاں اڑ رہی ہیں۔ ان میں سے غالباً ایک میرے پیچھے لگ جاتی ہے تو میں کھجور کے خشک پتے سے انہیں بھگانے کی کوشش کرتی ہوں۔ ان کو اس پتے سے مارتی ہوں ایک تو بھاگ جاتی ہے مگر دوسری ہماری چھت پر پڑی لکڑیوں میں چھپ جاتی ہے۔ حقیقتاً ہماری چھت پر ایسی لکڑیوں کا کوئی وجود نہیں ہے۔ پھر وہاں ایک کالا سیاہ کوا آکر بیٹھ جاتا ہے تو میں اس کو بھی مار کر اڑا دیتی ہوں۔ میں اور بھابی کپڑے دھو رہی ہوتی ہیں کہ میرے دوسرے نمبر والے بھائی اور ان کا بیٹا چھت پر آتے ہیں' رات کا وقت ہے اندھیرا بہت ہے سوائے ہماری چھت کے۔ ان دونوں کے ہاتھ میں ٹارچ ہوتی ہے۔ ٹارچ کی روشنی بہت تیز ہے جب وہ چاروں طرف یعنی چھت سے باہر لائٹ مارتے ہیں تو لوگوں کی چھتیں نظر آتی ہیں۔ لوگ اپنی چھتوں پر چڑھے نظر آتے ہیں۔ پھر میں دل میں سوچتی ہوں کہ ان سب لڑکوں نے مجھے دیکھ لیا بلکہ وہ مجھے دیکھ رہے تھے جب میں چڑیا کو بھگا رہی تھی اور اچھل کود کر رہی تھی میں بہت شرمندہ ہوتی ہوں۔ اس کے بعد منظر بدلتا ہے میں دیکھتی ہوں کہ بہت خوبصورت لباس ہے جو میرا بھائی اور بہن میرے لیے لائے ہیں اور کہہ رہے ہیں اس کو پہن لو' اس کا رنگ اورنج ہے۔ میں قرآنی آیات پڑھتے ہوئے اسے پہن لیتی ہوں جب پہن لیتی ہوں اس پر دودھ گرا ہوا ہوتا ہے میری باجی اسے کپڑے سے صاف کرتی ہے مگر اس کا داغ نہیں جاتا تو میں اپنی باجی سے کہتی ہوں کہ دودھ تو صاف ہو گیا لیکن داغ نہیں گیا۔ اب شادی میں جانا ہے تو داغ نظر آئے گا۔ یہ کہہ کر میں شادی نما تقریب میں چلی جاتی ہوں۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے گھر پر آسیبی اثرات ہیں۔ آپ سورۂ بقرہ اور مذکورہ سورتیں یعنی چاروں قل روزانہ ایک ایک بار پڑھ کر پانی میں دم کر کے خود بھی پی لیا کریں اور تمام گھر کے کونوں میں چھینٹے بھی ماریں۔ یہ عمل گیارہ دن تک کریں۔

دلہن

(م۔ز۔کراچی)

خواب: میں نے دیکھا کہ میں دلہن بنی ہوئی ہوں بارات وغیرہ کا کچھ پتا نہیں ہے اس کے پورے پانچ دن بعد میری ایک دوست نے بھی میری شادی دیکھی اور بارات آنے والی تھی کہ اس کی آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کی کوئی دل کی مراد پوری ہو گی آپ پانچ وقت نماز کی پابندی کریں اور مالی صدقہ کا اہتمام کریں۔ واللہ اعلم

ذہنی حالت خراب

(سمندر خان' پشاور)

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ میں جس لڑکی کو پسند کرتا ہوں میں اس کے گھر کے دروازے پر کھڑا ہوں۔ ایک لڑکا وہاں پر کھڑا ہوتا ہے میں اس لڑکے سے کہتا ہوں کہ جا کر (م) کو بلاؤ' لڑکا دروازے کے اندر آواز دیتا ہے لیکن یہ لڑکا (م) کا نام نہیں لیتا۔ کسی دوسری لڑکی کا نام لیتا ہے۔ دیکھتا ہوں کہ (م) دروازے سے باہر نکل آتی ہے جب میں اس کو دیکھتا ہوں یہ میرے پاس پہنچ جاتی ہے اور بہت بیمار ہوتی ہے۔ میں اس کو لے کر چلتا ہوں ہم جاتے ہیں وہاں پر بہت زیادہ پانی ہے پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ جس لڑکی کو پسند کرتے ہیں اس کی وجہ سے آپ کی ذہنی حالت میں خرابی کا ڈر ہے۔ بہتر ہو گا کہ آپ اس کو جائز طریقے سے اپنے نکاح میں لائیں اور شریعت کے احکام کو پورا کرنے کی کوشش کریں تو البتہ یہ تعلق مبارک ہو گا۔

مردے کی واپسی

(مسز جانباز خان' سوات)

خواب: میں نے خواب دیکھا کہ ہم لوگ ایک مردہ دفنا رہے ہیں لیکن اس کو لٹانے کے بجائے کھڑی حالت میں دفن کیا ہے اور سب کے ذہنوں میں یہ بات ہے کہ جب کچھ دن گزر جائیں گے پھر ہمیں اس مردے سے کوئی کام لینا ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں نے دیکھا کہ وہ وقت آگیا ہے جب ہمیں مردے سے کام لینا تھا یعنی اس کو بلانا تھا۔ میں اکیلی ہی اس کو بلانے کیلئے آتی ہوں میں نے قبر کی مٹی پر یعنی کہ اس کے سر کی طرف ہاتھ سے کھٹکھٹایا (کیونکہ مردہ کھڑی حالت میں دفن ہے) پھر دیکھا کہ وہ زمین سے اوپر کی طرف نکلنا شروع ہو گیا یہ منظر دیکھ کر میری خوف سے بری حالت ہو گئی اور میں نے گھر کی طرف دوڑ لگا دی جبکہ مجھے معلوم ہے کہ مردہ میرے پیچھے میری رہنمائی میں گھر تک آ رہا ہے۔ میں گھر کے اندر آتی ہوں تو چھوٹی خالہ سفید چادر' بچھائے اس کا انتظار کر رہی ہیں میں گھر کے اندر دبک کر بیٹھ جاتی ہوں۔ پھر دیکھا کہ وہ مردہ آگیا ہے اور بڑے کمرے میں بیٹھ کر وہ لوگ بات کر رہے ہیں میں چونکہ کمرے میں تھی اس لیے میں نے مردے کی شکل نہیں دیکھی لیکن خوف بے انتہا تھا کہ مردہ گھر میں موجود ہے۔

تعبیر: آپ کا یہ خواب بہت اچھا ہے اور اس بات کا امکان ہے کہ کوئی ایسا پھنسا ہوا کام جو آپ کے خیال میں بھی نہ رہا ہو غیر متوقع طور پر انجام پا جائے گا۔

رکاوٹ

(محمد طارق' سیالکوٹ)

خواب: دیکھتا ہوں کہ ایک نوجوان عورت برقع پہنے علاقے میں کسی بچے کو پکڑنے جا رہی ہے اور میں خود کو ریتلے علاقہ میں کھڑا محسوس کرتا ہوں اچانک میں محسوس کرتا ہوں کہ یہ عورت میری بیوی ہے اور پانچ سال پہلے میری اس سے شادی ہوئی تھی اور میں اس سے پانچ سال بعد ملتا ہوں جب وہ عورت بچے کو پکڑنے جاتی ہے تو میں اس کو بلاتا ہوں وہ میرے نزدیک آکر رونے لگتی ہے پھر دیکھتا ہوں کہ میں ایک کچے گھر میں ہوں' میری بیوی رو رہی ہوتی ہے اور اپنی چارپائی پر سے کسی عورت کو اٹھاتی ہے اور میرے لیے جگہ بناتی ہے وہ اس دوران بھی بڑی شدت سے رو رہی ہوتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے کسی کام میں رکاوٹ حائل ہے۔ بالخصوص روزگار کے حوالے سے...... جو کہ تقریباً پانچ سال قبل آپ نے شروع کیا تھا لیکن انشاء اللہ بہت جلد یہ رکاوٹ دور ہو جائے گی اور آپ کے تمام کام با آسانی ہو جانے کی امید ہے اگر چہ کہ کچھ جدوجہد کرنا ہو گی۔

معدے کے تمام امراض کیلئے

الٹی' گیس' بدہضمی' قبض' کھٹی ڈکاریں وغیرہ

سونف' دھنیا' زیرہ سفید' انار دانہ ہر ایک 50 گرام' کالا نمک 25 گرام' ست لیموں ایک تولہ' مصری ایک کلو سب کو الگ الگ کوٹ کر ملا لیں' نصف چمچہ کھانے کے بعد لیں۔ **(عثمان کاشف' لاہور)**

ڈاڑھی کٹوانے کا عبرت انگیز واقعہ

بنت جمشید چغتائی

سوچنے کی بات ہے کہ ایک ایسا گناہ جسے آج کل امت مسلمہ کے فرزندان معمولی سمجھ کر اور اتنا معمولی کہ کسی گنتی میں بھی نہیں ہے اس کے پیچھے انجام کیا ہے؟ اس کی انہیں فکر نہیں جبکہ حضرت محمد ﷺ نے تو مسلمانوں کو تاکید کے ساتھ کہا کہ ڈاڑھی رکھ کر مجوسیوں کی مخالفت کرو۔

ہم لوگ چونکہ افغانستان کی باڈر لائن سے صرف چار گھنٹے کی مسافت پر رہتے ہیں۔ اس لیے یہاں سے افغان مہاجرین کی افغانستان آمدورفت ہوتی ہے کیونکہ وہ جانور اور اشیائے خورد و نوش پاکستان سے ہی خرید کر وہاں لے جاتے ہیں۔ اس لیے جو واقعہ بیان کرنے جا رہی ہوں ایسے ہی ٹرک ڈرائیور کا ہے جو کہ افغانستان سے واپس آرہے تھے کیونکہ پہاڑی سلسلہ کافی ہے اس لیے ٹرک ایک جگہ ڈرائیور سے بے قابو ہو گیا اور کافی اونچائی سے نیچے گرا اس ٹرک میں صرف ڈرائیور اور کنڈیکٹر تھے جب تک مقامی لوگ وہاں پر پہنچے دونوں فوت ہو چکے تھے۔ لوگوں نے رات تک بھاگ دوڑ کی مگر کوئی شناخت نہ کر پائے بالآخر مقامی لوگوں نے ان کے کفن دفن کا انتظام کر کے امانتاً دفن کر دیا۔ کچھ عرصے بعد وارث تلاش میں وہاں تک پہنچ گئے اور ٹرک کو دیکھ کر پہچان گئے۔ مقامی لوگوں سے ان کے بارے میں دریافت کیا تو انہوں نے قبروں کی نشاندہی کی۔ ان لوگوں نے چونکہ امانتاً دفن کیا تھا اور وارثوں کا بھی اصرار تھا کہ ہم ڈیڈ باڈیز افغانستان لیکر جائیں گے اس لیے ان کی قبریں کھول لی گئی کنڈیکٹر کی لاش بالکل صحیح حالت میں تھی جبکہ ڈرائیور کی لاش باقی تو ٹھیک تھی مگر ڈاڑھی والی جگہ بچھوؤں سے بھری تھی اتنے بچھو کہ کانوں سے گردن تک کا حصہ دکھائی نہیں دے رہا تھا کیونکہ ڈرائیور نے شیو کر رکھی تھی جبکہ کنڈیکٹر کی ڈاڑھی تھی اس لیے اس کی لاش بالکل سلامت تھی۔ ڈرائیور کے ساتھ بچھو والا معاملہ پیش آرہا تھا۔ یہ تو تھا عبرتناک واقعہ جو کچھ عرصہ پہلے پیش آیا۔

سوچنے کی بات ہے کہ ایک ایسا گناہ جسے آج کل امت مسلمہ کے فرزندان معمولی سمجھ کر اور اتنا معمولی کہ کسی گنتی میں بھی نہیں ہے اس کے پیچھے انجام کیا ہے؟ اس کی انہیں فکر نہیں جبکہ حضرت محمد ﷺ نے تو مسلمانوں کو تاکید کے ساتھ کہا کہ ڈاڑھی رکھ کر مجوسیوں کی مخالفت کرو۔

☆ مونچھیں کترواؤ ڈاڑھیاں چھوڑو، مجوسیوں کی مخالفت کرو۔ **(مسلم)**

☆ مشرکین کی مخالفت کرو، ڈاڑھیاں بڑھاؤ اور مونچھیں خوب کترواؤ۔ **(بخاری شریف)**

☆ ایک روایت میں ہے کہ ایک مرتبہ دربار نبوت ﷺ میں بادشاہ کسریٰ کے دو قاصد حاضر ہوئے دونوں کی ڈاڑھیاں منڈی ہوئی تھیں ان کی صورت دیکھ کر آپ ﷺ کو سخت ناگواری ہوئی۔ فرمایا تمہارا برا ہو آخر تمہیں کس نے ایسی صورت بنانے کا حکم دیا؟ انہوں نے جواب دیا ہمارے آقا نے یعنی کسریٰ نے۔ اس پر آپ ﷺ نے فرمایا لیکن میرے رب نے مجھ کو ڈاڑھی بڑھانے اور مونچھیں کترنے کا حکم دیا۔ **(البدایہ والنہایہ)**

اس لیے ڈاڑھیوں کا شمار سنتوں میں ہوتا ہے جو انبیاء علیہ السلام سے بھی ثابت ہے اور فطرت ہے۔

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کا ارشاد نقل کرتی ہیں کہ دس باتیں فطرت میں ہیں جن میں مونچھیں کترنا اور ڈاڑھی بڑھانا بھی شامل ہے۔

اسی وجہ سے ڈاڑھی رکھنے کو واجب اور کاٹنے کو حرام کہا جاتا ہے۔ یہ بات کہہ دینا کوئی معنی نہیں رکھتی کہ یہ تو اک سنت ہے کرلو تو اچھا نہ کرو تو گناہ نہیں اگر یہ گناہ نہ ہوتی تو آنحضرت ﷺ اس کو کاٹنے کے خلاف ناگواری کا اظہار نہ فرماتے اور رکھنے کی اتنی تاکید نہ کرتے۔

میرے ایک کزن سے اکثر میری فون پر بات ہوتی تھی جو کہ الحمدللہ شرعی پردہ کرنے کے بعد بند کر دی ہے۔ انہوں نے پہلے ڈاڑھی رکھی ہوئی تھی مگر پھر بعد منڈ وادی۔ پھر میں انہیں ڈاڑھی رکھنے کا اصرار کرتی تھی تو ایک مرتبہ انہوں نے بتایا جب میری ڈاڑھی تھی تو سب مجھے ڈاکو یا داڑا سنگھ کہہ کر چھیڑتے تھے اس لیے میں نے ہٹادی۔

حالانکہ یہ ثابت ہے کہ روز آخرت آپ ﷺ جب حوض کوثر کا پانی پلا رہے ہونگے تو جب کوئی ڈاڑھی منڈا امتی آئیگا تو فرشتے کہیں گے یارسول اللہ ﷺ! اس شخص کی صورت آپ ﷺ سے مشابہت نہیں رکھتی تو آپ ﷺ ناگواری سے فرمائیں گے ہاں یہ وہ ہے جس نے میری سنت نہیں پوری کی اور وہ شخص حوض کوثر کے پانی سے محروم ہو جائیگا۔ اس سے بڑی بدبختی ہمارے لیے کیا ہوگی کہ ان ہاتھ سے پانی پینے کو ملے اور لوگوں کے ڈاکو کہنے پر شیو کروا کر اس پانی سے محروم ہو جائیں۔ ہماری مائیں تو ایسی غائب دماغ ہیں کہ بیٹے کا کھانا بند کر دیتی ہیں ڈاڑھی رکھنے پر۔ کاش کہ یہ ڈاڑھی **(باقی صفحہ نمبر 38 پر)**

عبقری سے کیا پایا؟

حنا زیب، ڈیرہ اسماعیل خان

عبقری میں پڑھتا تھا کہ سکون قلب کیلئے یاخالق، یاباعث، یانور ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھیں وہ بھی آج کل پڑھ رہی ہوں

قابل احترام حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں نے آپ کو لکھا تھا کہ میرے ماشاء اللہ دو بیٹے ہیں اور دونوں بڑے آپریشن سے ہوئے ہیں کیونکہ پہلے میرے ابارشن ہو جاتے تھے تیسرے مہینے میں تین ابارشن ہوئے ہیں۔ آپ نے وظیفہ بتایا ہے کہ سورۃ الکوثر کثرت سے پڑھیں۔ اللہ کا شکر ہے کہ کرم ہو گیا ہے اور دوسرا مہینہ ہے میں ہر نماز کے بعد تسبیح سورۃ کوثر اور دو تسبیحات درود پاک اور ایک تسبیح استغفار (عبقری میں پڑھا تھا) پڑھ رہی ہوں اور صبح کو سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ اور ایک تسبیح لَاحَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ کی بھی پڑھتی ہوں۔ سورۃ الکوثر والا وظیفہ میرے شوہر بھی پڑھتے ہیں اور میں بھی ہر چیز پر پڑھتی ہوں تو ماشاء اللہ بہت برکت ہے اور میرا بڑا بیٹا جس کی عمر تقریباً سات سال ہے پڑھتا ہے۔ آپ کا ہر بیان نیٹ پر بہت شوق سے سنتے ہیں، ہر نماز کے بعد دو انمول خزانے بھی پڑھتی ہوں اور عبقری میں پڑھتا تھا کہ سکون قلب کیلئے یاخالق، یاباعث، یانور ہر نماز کے بعد ایک تسبیح پڑھیں وہ بھی آج کل پڑھ رہی ہوں۔ الحمدللہ زندگی میں سکون ہے۔

ہر قسم کے ہیپاٹائٹس کا آسان ترین علاج

مریض کو صرف دہی سے روٹی دیں باقی سب کچھ بند کر دیں۔ دہی میں سبز دھنیا اور پودینہ ملا لیں تو اور بھی اچھا ہے اور تین وقت چھ ماشہ یہ سفوف پانی سے دیں۔ زیرہ سفید، جو کھار، ریوند چینی ہم وزن ملا کر سفوف بنالیں۔ چالیس یوم دے کر دیکھیں۔ **(محمد الیاس، اسلام آباد)**

(بقیہ: حضرت بلال ؓ کی محبت)

رونے لگے۔ ایک آواز بلند ہوئی۔ مدینہ کی عورتیں بھی اپنے گھر سے چادریں سر پر کر کے مسجد نبوی کی طرف بھاگیں اور اس وقت ایک عجیب کیفیت پیدا ہوئی کہ جب عورتیں بھی رو رہی تھی اور مرد بھی رو رہے تھے۔ ایک چھوٹے بچے نے جو ماں کے کندھے پر بیٹھا تھا اس نے حضرت بلال رضی اللہ عنہم کو دیکھا تو اپنی ماں سے پوچھنے لگا امی بلال رضی اللہ عنہ تو اتنے عرصے کے بعد واپس آ گئے تم بتاؤ کہ نبی کریم ﷺ کب واپس آئیں گے؟ کہتے ہیں کہ حضرت بلال رضی اللہ عنہ جب اَشْھَدُ اَنَّ مُحَمَّداً رَّسُوْلُ اللّٰہ پر پہنچے اپنے آپ پر قابو نہ رکھ سکے اور نبی کریم ﷺ کی محبت میں بے قرار ہو کر نیچے گر گئے۔ مہاجرین اور انصار مدینہ میں بہت آوازیں بلند ہوئیں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

قد چھوٹا ہے

میری منگنی ہوچکی ہے۔میرا قد بہت چھوٹا ہے۔اس کیلئے کیا کروں؟ میں نے لٹک کر دیکھ لیا۔میں ہروقت احساس کمتری کا شکار رہتی ہوں' اسی وجہ سے میں کسی شادی یا غمی میں بھی نہیں جاسکتی۔آپ مجھے دوا کا بتائیے۔**(روشنی' دیر)**

مشورہ: آپ کو منگنی مبارک ہو۔ظاہر ہے آپ کے سسرال والوں اور منگیتر نے آپ کو دیکھ کر ہی منگنی کی ہے پھر آپ کیوں پریشان ہیں؟ قد چھوٹا ہونے سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔دو چار بار لٹکنے سے اس میں اضافہ نہیں ہوتا۔چند ماہ مسلسل صبح وشام لٹکیے پھر فرق معلوم ہوگا۔ادویات سے بھی کافی فرق پڑ جاتا ہے لیکن اس کیلئے اپنا قد' رنگ' وزن اور عمر بتانی پڑتی ہے۔

پانی کے کرشمے

بچپن میں سنا تھا کہ چھ گلاس پانی ضرور پینا چاہیے مگر مجھے پیاس نہیں لگتی تھی۔بمشکل دن بھر میں دو گلاس پانی پیتی تھی۔ پھر مجھے اپنے شوہر کے ساتھ بیرون ملک جانا پڑ گیا۔وہاں مجھے ایک سکول میں اچھی ملازمت مل گئی۔میں نے دیکھا کہ شام کے چار بجے تک میرا جسم ٹوٹ پھوٹ کا شکار ہوجاتا اور میں تندہی سے کام نہیں کرسکتی تھی۔پھر میں نے عبقری میں چھپا ''پانی'' پر مضمون پڑھا اور آپ کو خط لکھا۔آپ نے کہا روزانہ ایک ڈیڑھ لیٹر پانی کی بوتل میز پر رکھ لیں اور شام کے چار بجے تک تھوڑا تھوڑا پیتے رہیں۔میں نے ایسا ہی کیا۔ ہر آدھے گھنٹے بعد میں تھوڑا سا پانی گلاس میں ڈالتی اور پی جاتی۔پانچ چھ دن کے بعد مجھے اپنے جسم میں تازگی کا احساس ہوا۔اب میں بغیر تھکے شام چار بجے تک کام کر لیتی ہوں۔ بغیر کسی دوا کے پانی نے میری سستی اور کاہلی دور کردی اب میں اپنے سہیلیوں کو پانی کے متعلق بتاتی ہوں تو وہ حیران رہ جاتی ہیں۔**(ش الف۔اسلام آباد)**

مشورہ: آپ نے پانی کی تازگی کا اعتراف کیا ہے۔پچھلے دنوں ایک خاتون کا خط آیا کہ اس کا شوہر ٹرک ڈرائیور ہے۔اس کا سارا جسم سخت اور عجیب سلیٹی رنگ کا ہورہا ہے۔اس نے لکھا تھا کہ وہ ٹرک لے کر کراچی جاتا ہے اور دو دن تک راستے میں پانی نہیں پیتا۔کہتا ہے کہ مجھے پیاس ہی نہیں لگتی۔میں نے اسے پانی پینے کیلئے کہا کہ صبح نہار منہ دو تین گلاس پانی کے پی لیا کرے اور پانی کی بوتل ٹرک میں ساتھ رکھا کرو۔ پندرہ روز میں اس کی رنگت ٹھیک ہوگئی۔ہاتھ سخت تھے' وہ بھی نرم ہوگئے۔پانی پینے سے اس کی تھکن اور درد بھی دور ہوگیا۔

پانی کم از کم آٹھ گلاس روزانہ پینا چاہیے۔ ہاں جو لوگ گردے کے امراض میں مبتلا ہوں ان کو اپنے معالج سے پوچھ کر پانی پینا چاہیے کیونکہ بعض امراض میں پانی مخصوص مقدار میں پینا پڑتا ہے۔قدرت کا بہت بڑا عطیہ پانی ہے اس نعمت سے فائدہ اٹھانا چاہیے۔

ذہنی پریشانی کیسے دور ہوگی

میرے شوہر نے کسی اور سے تعلق جوڑ لیا ہے۔دو بچے ہیں ساس اور نند ساتھ رہتی ہیں۔ رات کو میں کمرے کی کھڑکیاں کھول کر سوتی ہوں پھر بھی مجھے گھٹن کا احساس ہوتا ہے۔میرا سر چکراتا ہے اٹھ کر باہر جانا چاہوں تو ٹانگیں کانپتی ہیں۔ میں چل نہیں سکتی' بمشکل پانی پیتی ہوں تو سانس رکنے لگتا ہے۔کبھی ڈکار آنے لگتے ہیں۔میرا سر بہت بھاری اور سن ہوجاتا ہے۔بڑی مشکل سے صبح ہوتی ہے۔تمام دن کام کاج اور ذہنی پریشانی میں رہتی ہوں۔ سسرال والے کہتے ہیں تم پر کوئی اثر یا سایہ ہے۔ مجھے بتائیے میں کیا کروں۔**(ر۔ج۔حیدرآباد)**

مشورہ: بی بی! آپ کا طویل خط میں نے غور سے پڑھا ہے۔آپ پر کوئی آسیب ہے نہ سایہ بلکہ آپ حالات کی چکی میں پس کر ذہنی پریشانی کے مرض میں مبتلا ہوچکی ہیں۔شوہر آپ کے پاس نہیں رہتے جس کی وجہ سے آپ اکیلا پن اور خوف محسوس کرتی ہیں۔آپ کسی اچھی ماہر نفسیات کو دکھائیے۔آپ کا مرض دور ہوجائے گا۔آپ نماز پابندی سے پڑھیے۔قرآن مجید کی تلاوت کیجئے۔ رات کو سوتے وقت خصوصاً قرآنی آیات پڑھیے۔جب اللہ تعالیٰ کے سامنے گڑگڑا کر دعا کریں گی تو یقیناً قبول ہوگی اور آپ کے دل کا بوجھ بھی کم ہوجائے گا۔آپ کی پریشانی وقتی ہے۔آپ کے شوہر واپس آجائیں گے۔ جب بھی آئیں آپ ان سے کوئی گلہ' شکایت نہ کیجئے۔خندہ پیشانی سے استقبال کیجئے۔آپ کی ساس آپ کیساتھ رہتی ہیں اس لیے آپ کو کوئی فکر کرنے کی ضرورت نہیں۔یہ گھر آپ کا ہے۔اپنے بچوں پر خاص توجہ دیجئے ورنہ وہ بھی گھٹن کا شکار ہوجائیں گے۔

عبقری دواخانہ میں چیک کروا کر ادویات استعمال کریں۔صبح ناشتے میں جو کا دلیہ دودھ اور شہد کے ساتھ کھائیے۔اللہ تعالیٰ پر بھروسہ رکھئے' آپ کے حالات درست ہوجائیں گے۔ ذہنی پریشانیاں جب بڑھ جاتی ہیں تو ایسے ہی مرض عود کر آتے ہیں۔آسیب کے چکر میں نہ پڑیئے۔

اچار خراب ہوجاتا ہے

میں جب بھی آم کا اچار ڈالتی ہوں' خراب ہوجاتا ہے۔اس کیلئے مجھے کوئی ٹوٹکا بتائیے۔**(رومانہ اصغر' ساہیوال)**

مشورہ: آم کا اچار آپ پتہ نہیں کس طرح ڈالتی ہیں۔اچار ڈالنے کا برتن صاف اور بالکل خشک ہونا چاہیے۔آم دھو کر خشک کر کے کاٹنے چاہئیں۔بازار میں تیل اچھے نہیں ملتے۔ سرسوں کا تیل کسی برتن میں خوب گرم کیجئے۔اس میں لہسن کے جوئے ڈال دیجئے۔جب وہ جل جائیں تو تیل کو ٹھنڈا کر کے اچار میں ڈالیے۔اچار کا برتن کشادہ ہونا چاہیے تاکہ آپ اسے ہلا جلا سکیں۔ تیل اچار سے اوپر رہنا چاہیے۔کبھی بھی بچا ہوا اچار برتن میں دوبارہ نہ ڈالیے۔ اسی طرح گیلا چمچہ نہ ڈالیے۔تھوڑی سی احتیاط کرنے سے اچار خراب نہیں ہوتا۔اچار کو دس بارہ دنوں کے بعد تھوڑی دیر کیلئے دھوپ میں رکھ دیا کیجئے۔

کدو بیماریوں کا بہترین معالج

حکیم عبدالعزیز چغتائی ڈڈیال

کدو کا چھلکا سائے میں خشک کر کے جلالیں اور کھرل میں باریک پیس کر شیشی میں بھرلیں۔ صبح وشام تین تین سلائی دونوں آنکھوں میں لگایا کریں انشاء اللہ چند روز کے استعمال سے آنکھوں کی بیشتر بیماریاں ختم ہوجائیگی۔

قرآن مجید میں حضرت یونس علیہ السلام کے ذکر میں لکھا ہے کہ جب آپ مچھلی کے پیٹ سے نکلےتو اللہ تعالیٰ نے آپ پر بیل دار پودے (بعض روایات کے مطابق کدو) کا سایہ کردیا۔ کدو رسول اللہ ﷺ کی پسندیدہ ترکاری تھی۔ یہ موسم گرما کا خاص تحفہ ہے۔ عوام اور خواص اسے پکا کر بڑی رغبت سے کھاتے ہیں۔ اسے سکھا کر اس کے خول سے ایک ساز بھی بنایا جاتا ہے جسے تونبا کہتے ہیں۔

کدو سے علاج

کدو ایک مسکن، سرد مزاج، دافع صفرا اور پیشاب آور غذائی اور دوائی اثرات رکھنے والی سبزی ہے۔ لہٰذا اس کی افادیت کے پیش نظر اسے معدے کے امراض کیلئے خاص طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ کدو کا جوس پینے سے نہ صرف پیشاب کی جلن ختم ہوجاتی ہے بلکہ یہ آنتوں سے اور معدے سے تیزابیت اور انفیکشن بھی ختم کرتا ہے۔ اس کا جوس حاصل کرنے کیلئے ایک پودے کو کدوکش کرنے کے بعد نچوڑ لیا جائےتو خاصی مقدار میں جوس حاصل ہوجاتا ہے۔

بعض لوگوں کو گرمیوں میں نیند نہیں آتی اور ان کا سر چکراتا رہتا ہے ایسے لوگ کدو کاٹ کر پاؤں کے تلوؤں کی مالش کریں۔ کدو کا جوس تلوں کے تیل میں ملا کر روزانہ رات کو سر پر مالش کرکے لگایا جائےتو گہری نیند آتی ہے۔

کدو کا ایک پاؤ کا سالن اور چپاتیوں کے ساتھ کھالینے سے بدن کو ایک وقت کی ضروری غذا حاصل ہوجاتی ہے۔ گرم مزاج لوگوں، جوانوں اور گرمی، خشکی اور قبض کے مریضوں کیلئے یہ غذا بھی ہے اور دوا بھی۔ پرانے حکیموں نے گھیا میں چنے کی دال شامل کرکے ایک سستی اور مکمل غذا ہمارے لیے تجویز کردی ہے۔

عام زندگی میں ہم کدو کو صرف خوراک کے طور پر استعمال کرتے ہیں لیکن اس کے اور بہت سے فائدے ہیں۔ حکما نے اس کے استعمال سے بہت سی لاعلاج اور خطرناک بیماریوں کا علاج کیا ہے۔ یہاں چند بیماریوں کے نسخے دیئے گئے ہیں جن میں کدو کو دوا کے طور پر شامل کیا گیا ہے۔

سر درد سے فوری نجات: تازہ کدو کا گودا حسب منشا لے کر کھرل میں باریک کرکے پیشانی پر ضماد (لیپ) کردیں انشاء اللہ تھوڑی دیر میں سر درد رفع ہوجائے گا۔ کدو کا پانی روغن گل برابر وزن لے کر آپس میں ملالیں بس دوا تیار ہے۔ اسے شیشی میں محفوظ کرلیں اور بوقت ضرورت دو سے تین قطرے کان میں ٹپکائیں، درد سے فوراً نجات ملے گی۔

دانتوں کے امراض سے نجات: ذیل کا نسخہ دانت کے درد کیلئے آسان اور مجرب نسخہ ہے۔ کدو کا گودا پانچ تولے لہسن ایک تولہ، دونوں کو ملا کر ایک سیر پانی میں خوب پکائیں۔ جب پانی آدھا رہ جائے تو نیم گرم پانی سے کلیاں کریں۔

آنکھوں کی بیماریاں ختم: کدو کا چھلکا سائے میں خشک کرکے جلالیں اور کھرل میں باریک پیس کر شیشی میں بھرلیں۔ صبح و شام تین تین سلائی دونوں آنکھوں میں لگایا کریں انشاء اللہ چند روز کے استعمال سے آنکھوں کی بیشتر بیماریاں ختم ہوجائیگی۔

ہونٹوں کے امراض کیلئے: مغز تخم کدو شیریں، گوند کتیرا برابر وزن لے کر خوب باریک کرلیں اور شب کو سوتے وقت ہونٹوں پر لیپ کرکے سوجائیں۔ صبح گرم پانی سے صاف کردیں۔ اپنے ہونٹ طبعی حالت میں پائیں گے۔

پھنسیوں سے نجات کیلئے: کدو کا پانی پھنسیوں پر لگانے سے پھنسیاں معدوم ہوجاتی ہیں۔ اس کے گودے کا لیپ کرنے سے بھی یہی فائدہ ہوتا ہے۔

بواسیر اور خونی اسہال کیلئے: کدو کا چھلکا حسب ضرورت لے کر سائے میں خشک کریں اور باریک پیس کر محفوظ رکھیں، بس دوا تیار ہے۔ صبح وشام چھ ماشے سے ایک تولے تک تازہ پانی کیساتھ پھانک لیا کریں۔ دو تین دن کے استعمال سے بواسیر کا خون آنا بند ہوجائیگا۔ یہ خونی اسہال کی بھی لاجواب دوا ہے۔

پیاس کی شدت میں مفید: کدو کا گودا باریک پیس کر ایک چھٹانک پانی نچوڑلیں۔ اسے دو تولہ مصری کیساتھ ایک پاؤ سادہ پانی میں حل کرلیں۔ دو تولے تھوڑے تھوڑے وقفے سے پینا پیاس کی شدت میں مفید رہتا ہے۔

یرقان سے نجات: کدو ایک عدد لے کر نرم آگ میں دبا کر بھرتا بنائیں اور اس کا پانی نچوڑلیں۔ اس پانی میں تھوڑی سی مصری ملا کر پینے سے دل کی گرمی اور یرقان سے نجات ملتی ہے۔

کدو کا رس ایک تولہ، قلمی شورہ ایک ماشہ، مصری دو تولہ، سادہ پانی دس تولہ یہ سب ملا کر پیشاب بند کے مریض کو پلائیں، اگر ایک بار پلانے سے پیشاب نہ کھلے تو ایک خوراک اور دیدیں۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں، قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 10 جولائی بروز اتوار کو ہوگا)

جب انسان کے اندر اللہ کی محبت اللہ کا تعلق اور اس کے نام کی لذت آجاتی ہے تو پھر انسان کی کیفیت اپنی نہیں ہوتی پھر اس کے صبح وشام اپنی مرضی کے نہیں ہوتے بلکہ رب کی مرضی اور حضور ﷺ کی سنت کے مطابق ہوتے ہیں۔

ضروری نہیں کہ یہ باتیں ہر شخص کی سمجھ میں آجائیں اور ہر چیز کا سمجھ آجانا ضروری نہیں کیونکہ دین کی پہلی بنیاد یومنون بالغیب پر ہے یعنی کہ غیب پر ایمان لانا۔

عقل مانے نہ مانے، مزاج میں اترے یا نہ اترے، شعور ساتھ دے یا نہ دے، احساس اس کا ادراک کرے یا نہ کرے لیکن جو حق اس کو حق ماننا بھی حق ہے۔ اور جو ناحق ہے اسے ناحق ماننا ہی حق ہے۔ شیخ نے ایک شعر لکھا ہے جس کا ترجمہ ہے کہ جس کے دل میں کوئی درد ہے وہ ایسی چیز تلاش کرتا ہے جو اس کے درد کے موافق ہو۔ جس شخص کی بیماری کا علاج ادنیٰ درجے کی چیزیں ہوں تو اسے مروارید اور موتی نہیں چاہیے، علم طریقت کمیاب اس لیے ہے کہ ہر شخص کو اس میں سے حصہ نہیں ملتا۔

اس راہ میں احتیاط سے چلنا پڑے گا محبت میں، خلوص میں، طریقت میں، بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ انسان لٹ جاتا ہے، دنیا کو اپنا مطلوب ہرگز نہ بنایئے گا اگر دنیا ہی مطلوب رہ گئی تو آپ ایسے لوگوں ماننے والے بن جائیں گے جو آپ کے دنیا کے کام تو کروا دیں گے لیکن ان سے آخرت کا کوئی نفع نہیں ہوگا۔ یہ راہیں بڑی نازک اور باریک ہیں۔ بس راہیں دکھانے والے کا ہاتھ تھام کر چلتے جائیں پوچھ پوچھ کر اور مان مان کر چلتے جائیں انشاء اللہ گریں گے نہیں، پھسلیں گے نہیں، اور بھولیں گے نہیں۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ وہ چیز جسے ہم ساری زندگی حق سمجھتے رہے لیکن موت کے بعد جب آنکھ کھلی تو پتہ چلا کہ وہ چیز حق نہیں بلکہ دھوکہ اور فریب تھا۔ راہ طریقت میں چلتے ہوئے جو احتیاطیں بتائی جاتی ہیں اس میں بتانے والے کا خیرخواہی کا جذبہ ہوتا ہے۔ پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے اس کتاب میں جو احتیاطیں بتائی ہیں اس میں سراسر خیرخواہی کا جذبہ ہے کہ ساری زندگی محنت بھی کرتے رہے کوشش بھی کرتے رہے، مجاہدے بھی کرتے رہے لیکن جب آنکھ کھلی تو پتہ چلا کہ وہ تو سراب اور فریب تھا۔

میرے آزمودہ تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

بدنگاہی سے بچیں

(عابد محمود' صادق آباد)

جیسا کہ ہم سب دیکھتے اور جانتے ہیں کہ بے پردگی شدت سے بے راہ روی کا باعث بنتی جارہی ہے جس کی وجہ سے گھر گھر لڑائی جھگڑے' بے برکتی' دین سے دوری' ہر دوسرا شخص ڈیپریشن کا مریض نظر آتا ہے۔ اس میں مرد و خواتین کے ساتھ ساتھ الیکٹرانک میڈیا خصوصاً کیبل نیٹ ورک اور موبائل فون بڑا اہم کردار ادا کررہے ہیں کیونکہ موجودہ دور الیکٹرانک میڈیا کا پرعروج دور ہے جس میں یہ میڈیا آزادانہ طور پر فحش اور بے حیائی کے پروگرام نشر کررہا ہے جس میں عورتیں بے پردہ اور انتہائی مختصر لباس میں سکرین پر نظر آتی ہیں اور دوسری عورتوں کو متاثر کرکے اپنے جیسا بننے پر اکساتی اور مجبور کرتی ہیں جس سے نئی نسل اور مرد و خواتین میں بے راہ روی جیسے جذبات کو شدید شہہ ملتی ہے۔

بے راہ روی کی سب سے زیادہ ذمہ دار آج کی ماڈرن خواتین ہیں کیونکہ یہ لڑکیاں اور عورتیں بے پردگی اور بناؤ سنگھار کی شکار ہیں۔ عورت کا بناؤ سنگھار صرف اور صرف اس کے خاوند کیلئے ہے اور اس کے گھر تک محدود ہے جبکہ آج کی عورتیں گھر میں بے ڈھنگے اور میلے کچیلے کپڑے زیب تن کیے ہوئے اور سادہ صورت میں رہتی ہیں جس سے چاہے ان کے گھر والے بیزار ہوجائیں لیکن یہی عورتیں جب بازاروں یا شادی جیسی تقاریب میں جاتی ہیں تو خوب بن سنور کر اور نیم برہنہ یعنی خوب باریک لباس زیب تن کرکے جاتی ہیں اور غیر مردوں کیلئے فتنہ ہونے کا باعث بنتی ہیں۔ خود بھی بدنظری کرکے اور غیر مردوں کو بھی بدنظری کروا کر خود بھی اور انہیں بھی گنہگار کرتی ہیں کیونکہ جس طرح اسلام میں مرد کیلئے غیر عورت کو دیکھنا حرام ہے بالکل اسی طرح عورت کیلئے بھی غیر مرد کو دیکھنا حرام ہے۔

ایک دفعہ ایک نابینا صحابیؓ آپ ﷺ سے ملاقات کیلئے آپ ﷺ کے گھر گئے۔ آپ ﷺ نے آواز دی اندر آجاؤ۔ آپ ﷺ نے اپنی بیویؓ سے کہا کہ تم اندر جاؤ۔ آپ ﷺ کی زوجہ محترمہؓ نے فرمایا کہ وہ صحابیؓ تو نابینا ہیں پھر بھی؟؟ آپ ﷺ نے فرمایا وہ تو نابینا ہے لیکن تم تو نابینا نہیں ہو۔ اللہ اکبر! آج کل کی بے پردہ عورتیں بازاروں اور گلیوں میں دندناتی پھرتی ہیں پھر کہتی ہیں مرد ہمیں گھور گھور کر دیکھتے ہیں۔ بھئی تم بھی تو انہیں دیکھتی ہو تب ہی تو تمہیں پتہ چلتا ہے کہ مرد دیکھ رہے ہیں۔ کیا تمہارا دیکھنا مثبت اور ان کا دیکھنا منفی ہوتا ہے؟

آج کل کے مرد اور سربراہ بھی اپنی عورتوں کو بازاروں اور تقاریب میں ساتھ لے جا کر بڑا فخر محسوس کرتے ہیں تاکہ لوگ ان کی خوبصورتی سے متاثر ہوکر واہ واہ کراٹھیں۔ ایسی عورتوں کو منع نہ کرکے ان کے وارث مرد بھی گنہگار ہوتے ہیں تمام مسلم مرد حضرات کا فرض ہے کہ اپنی عورتوں کو بمطابق اسلام پردہ کا پابند کریں۔ حضور ﷺ نے فرمایا تقویٰ کے بعد سب سے بہتر چیز نیک عورت ہے۔

ایک دوسری جگہ فرمان ہے ''عورتیں نامحرم مردوں سے پردہ کریں' باریک کپڑا پہننے والی عورتیں' تکلف اور بناؤ سنگھار سے رہنے والی عورتیں نہ تو جنت میں داخل ہوں گی اور نہ ہی ان کو جنت کی خوشبو سونگھنے کو ملے گی۔ (مسلم) ''جو عورت غیر مرد کو دیکھنے جاتی ہے اللہ تعالیٰ اس پر لعنت فرماتے ہیں۔''

قرآن مجید فرقان مجید میں ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ اے نبی ﷺ فرمادیجئے اپنی بیویوں سے اور اپنی بیٹیوں سے اور مومنین کی عورتوں سے کہ جب کبھی ضرورت سے باہر نکلنا پڑے تو چادر میں لپٹ کر نکلا کرو اور چادر کو چہرہ پر لٹکا لیا کرو تاکہ چہرہ پر کسی کی نظر نہ پڑے۔

اس سے آپ اندازہ کریں کہ اسلام میں پردہ کا کتنا اہم حکم اور سخت پابندی ہے کہ نبی ﷺ کی بیویوں کو بھی اس سے مستثنیٰ قرار نہیں دیا گیا۔ حالانکہ ان سے زیادہ مقدس کیا کوئی عورت ہوسکتی ہے؟ بعض خواتین کہتی ہیں کہ آج کے جدید دور میں پردہ کرنا مشکل بلکہ ناممکن ہے۔ یہ سب فضول باتیں ہیں۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں کہ ہم ظلم بالکل نہیں کرتے بلکہ ہم تو آسان آسان احکام دیتے ہیں۔

جس طرح غیر مرد سے عورت کو پردہ کا حکم ہے اسی طرح غیر مرد سے ضرورت پڑنے پر گفتگو کرتے وقت بے تکلفی' لچکدار اور نرم لہجہ نہ برتنے کا بھی حکم ہے مگر آج کی ماڈرن عورتیں اور جوان لڑکیاں بے پردہ ہونے کے ساتھ ساتھ جدید سہولت موبائل فون کا فائدہ اٹھاتے ہوئے غیر مردوں سے خوب گپیں ہانکتی ہیں۔ فضول ایس ایم ایس کرکر کے غیر مردوں کو اپنی طرف متوجہ کرتی ہیں۔ موبائل کی سہولت بری نہیں لیکن عموماً آج کل کے نوجوان لڑکے لڑکیاں اس کا منفی استعمال کررہے ہیں۔

ایسے میں اگر کوئی غلط فہمی پیدا ہوجائے تو پھر یہی لوگ اپنے گریبان میں جھانکنے اور اپنوں کو سمجھانے اور سدھارنے کی بجائے دوسروں کو کاٹ کھانے کو دوڑتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ہمیں اپنے بچوں پر اعتبار ہے۔

میں نے ایک اخبار میں پڑھا کہ بھارت کے ایک گاؤں میں پنچایت نے فیصلہ دیا کہ کنواری لڑکیاں موبائل فون استعمال نہ کریں۔ میرے خیال میں یہ ان کا بہت اچھا فیصلہ تھا۔ ہمارے ہاں بھی تقاضہ وقت کے پیش نظر کنواری لڑکیوں اور لڑکوں دونوں کیلئے موبائل فون استعمال کرنے پر پابندی ہونی چاہیے۔ اگر پابندی ممکن نہیں تو والدین کو اپنی اولاد پر نظر رکھنی چاہیے کہ وہ گمراہ نہ ہوسکیں۔

میرے الفاظ کئی لوگوں کو کڑوے ضرور محسوس ہونگے لیکن یہ سب سچ ہے۔ مسلمان ہونے کے ناطے تمام مرد بدنظری سے بچیں اپنی اور اپنی عورتوں کی اصلاح کریں اور خواتین پردہ کریں گھر سے باہر نکلتے وقت اور نہایت سادہ اور لباس استعمال کریں۔ کچھ مشکل نہیں بلکہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

اگر ہم صرف بدنظری سے بچیں تو آج کے جدید دور کی بے شمار ٹینشنوں' بیماریوں' ڈیپریشن سے بچ سکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب پر رحم فرمائیں اور ہمیں اسلامی تعلیمات پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائیں کہ اسی میں ہماری بہتری اور بھلائی ہے۔

بابرکت تیل

(شہناز' گوجرانوالہ)

حکیم صاحب یہ بہت ہی زبردست لاجواب نسخہ ہے ہم سب کا آزمایا ہوا بھی ہے اور بہت آسان سستا بھی انشاء اللہ سب کو فائدہ ہوگا۔

شروع سے دیکھتے آرہے ہیں کہ ہمارے گھر میں سرسوں کا تیل الماری میں ایک سائیڈ پر پڑا ہوتا تھا کسی کو کہیں بھی درد

ہوا تیل لگایا فائدہ نہ ہوا ایسا ہو ہی نہیں سکتا۔ یہ عام تیل نہیں ہے بہت مبارک تیل ہے۔

امی نے، ہم نے کچھ بھی پڑھا ہو کلام پاک، تسبیحات، سورتیں وغیرہ تو تیل کی بوتل پر پھونک مار دیتے ہیں۔ رمضان کے دنوں میں جتنی پڑھائی پڑھی، خاص راتوں میں عبادت کی یا عام دنوں میں تو بس تیل پر دم کر دیتے ہیں۔ پانی بھی رکھا ہوا ہے جتنا بھی قرآن پاک پڑھا شام کو سورتیں پڑھیں آپ کے بتائے ہوئے عمل یعنی جو آپ کی پڑھائی پڑھ رہے ہیں اب تو ماشاء اللہ سے لاکھوں میں کر رہے ہیں وہ سارا دم کر رہے ہیں۔ تیل پر، چینی پر اور پانی پر بھی۔ یعنی جو تیل موجود ہوا پنی تسبیحات اور وظائف پڑھ کر اس پر دم کر دیں۔

اگر گلا خراب ہو تو......

اگر آپ کا گلا خراب ہو یا پکا ہوا ہو یہاں تک کہ پانی بھی نہیں پیا جاتا تو ایک آزمودہ نہایت آسان میری نانی مرحومہ اور ہم سب کا آزمایا ہوا ٹوٹکہ۔

چھری لیکر صرف اس کا اوپر والا حصہ یعنی جتنا سٹیل والا حصہ جس سے کاٹا جاتا ہے لیکر اس کو پانی میں ڈالیں کہ چھری کا سارا حصہ ڈوب جائے اور صرف وہ حصہ بچے جسے ہاتھ میں پکڑا جاتا ہے۔ باقی سارے حصے کو پانی میں ڈبو دیں کم نہ رہے نہ زیادہ ہو پھر اس چھری سے 7 ضربیں لگائیں یعنی کٹ، پانی کے اندر اندر چھری باہر نہیں نکالنی۔ گلاس میں ڈپ کیا اور سات ضربیں لگائیں جب سات پوری ہو جائیں تو چھری کو باہر نکال لیں اور وہ پانی سارا تین سانس میں پی لیں۔ دن میں جتنی دفعہ پانی پئیں اسی طرح سے ہر مرتبہ کٹ لگا کر پانی پئیں۔ انشاء اللہ ایک سے دو دن میں گلا بہتر محسوس کریں گے۔ یقین ہونا چاہیے بس ویسے تو ایک دن میں کافی فرق پڑ جاتا ہے۔

صدری نسخے

(ماسٹر حکیم اللہ، ڈیرہ پائین سرحد)

معجون جگر

ھوالشافی: ست لال ملٹھی 4 تولے، لونگ 2 تولے، الائچی چھوٹی 2 تولہ، تج آدھا تولہ، ست پودینہ آدھا تولہ، شہد میں ملا کر معجون بنائیں اور چنے کے برابر کھانے سے پہلے کھائیں۔ یاد رہے اگر گرمی کی وجہ سے ملٹھی کی ست پگھل جائے تو فریج یا فریزر میں تھوڑی دیر رکھیں۔ پینا آسان ہو گا۔

فوائد: پیٹ میں ہوا، جگر کی خرابی، کھانسی، گلے کی خراش، معدے میں خرابی کی وجہ سے سر درد وغیرہ کیلئے اکسیر ہے۔

سفوف معدہ و دماغ

ھوالشافی: سونف ایک پاؤ، دھنیا خشک آدھا پاؤ، مرچ سیاہ آدھا چھٹانک، بادام ایک چھٹانک، چینی پانچ یا چھ چھٹانک سب کو اچھی طرح مکس کر کے صبح و شام کھانے کے بعد ایک چمچ پانی کے ساتھ۔ معدہ کی کمزوری اور دماغ کی کمزوری دور کرنے کیلئے اس سے اچھا اور فوری اثر نسخہ میں نے نہیں دیکھا۔

شوگر کی بیماری اور کمزوری کیلئے آسان نسخہ

ھوالشافی: چنے بھنے ہوئے ایک پاؤ اور تل سفید ایک پاؤ لیکر پیس لیں۔ صبح شام کھانے کا بڑا چمچ استعمال کریں۔

ماں کی شان میں گستاخی کرنیوالے کی سزا

(حکیم ریاض حسین ککڑوال، میانوالی)

امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ نے اپنی کتاب المفرد میں لکھا ہے کہ ایک قبرستان میں مغرب کے بعد ایک قبر پھٹتی اس میں سے ایک شخص نکلتا جس کا سر گدھے کے مانند تھا گدھے کی آواز نکال کر چند لمحے بعد قبر میں چلا جاتا تھا کسی نے لوگوں سے پوچھا کہ آخر اس قبر والے کے ساتھ یہ معاملہ کیوں ہو رہا ہے؟ کیا وجہ ہے؟ بتانے والے نے بتایا کہ یہ آدمی شراب پیتا تھا جب اس کی ماں اسے ڈانٹتی تو کہتا تھا کیوں گدھے کی طرح چلاتی ہے۔ ماں کا ادب بہت ضروری ہے حدیث میں ہے ماں کے پیروں کے نیچے جنت ہے اور باپ جنت کا دروازہ ہے۔

شیطان سے حفاظت کا عجیب نسخہ

حضرت شعبی رحمۃ اللہ علیہ کہتے ہیں کہ حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ نے فرمایا جو رات کو کسی گھر میں سورۂ بقرہ کی دس آیتیں پڑھے گا اس گھر میں صبح تک کوئی شیطان داخل نہیں ہو گا۔ وہ دس آیتیں یہ ہیں۔ سورۂ بقرہ کی شروع کی چار آیتیں، آیت الکرسی، اس کے بعد کی دو آیتیں اور سورۂ بقرہ کی آخری تین آیتیں۔

اللہ تعالیٰ نے درج ذیل چیزوں میں بڑی شفاء رکھی ہے

قرآن میں شفاء ہے ☆ صدقہ میں شفاء ہے۔ ☆ زمزم میں شفاء ہے۔ ☆ شہد میں شفاء ہے ☆ صلہ رحمی میں شفاء ہے ☆ سورۂ فاتحہ میں شفاء ہے ☆ کلونجی میں شفاء ہے ☆ سفر کرنے میں شفاء ہے۔ ایک حدیث میں ہے کہ حج کرو غنی ہو گے، سفر کرو صحت یاب ہو گے یعنی تبدیل آب و ہوا اکثر صحت کا سبب ہوتی ہے اور بہت کثرت سے اس کا تجربہ ہوا ہے۔

عبقری کی ادویات آپ کے شہر میں

علاج معالجے کے سلسلے میں ادارہ کا کوئی نمائندہ مقرر نہیں، ادارہ کسی قسم کے نفع نقصان کا ذمہ دار نہیں ہو گا۔

نوٹ: اعتماد سے صرف عبقری ہی کی ادویات خریدیں۔

لکھی ہوئی قیمت سے زیادہ ہرگز ادا نہ کریں۔

اٹک: مکتبہ ظفر اقبال بالمقابل مسجد لوہاراں 0321-5247893۔ **باغ آزاد کشمیر:** بلال میڈیکل سٹور W/S روڈ 0313-5619880۔ **اگی ضلع مانسہرہ:** خان محمد شالیمار سوئٹس۔ 0333-8402844۔ **بہاولنگر:** المدینہ سٹیشنرز تحصیل بازار۔ 0300-2753463۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6320766۔ **پشاور:** شاہ ہومیو اینڈ ہربل سٹور بخاری کالونی، گل بہار کالونی نمبر 3۔ 0333-6367755۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-9161237۔ **ٹانک:** صوفی سنز یونانی میڈیسن کمپنی نزد سول ہسپتال۔ 0300-9595273۔ 8790927-0963511209301۔ **جھنگ:** عبدالماجد مکہ موبائل 0333-6756493۔ **چکوال:** بالمقابل سبزی منڈی تلہ گنگ روڈ۔ 0333-5783167۔ **حیدرآباد:** محمد اقبال قریشی فلیٹ نمبر 10 صدف کمپلیکس بلمقابل پریس کلب صدر 0300-3790255۔ **راولپنڈی:** اسلامیہ ٹریڈرز بالمقابل باغ منی پرائس شاپ بوہڑ بازار چوک کالج روڈ۔ 0333-5648351۔ **دھڈیال آزاد کشمیر:** الجمال اسلامی کتب و کیسٹ ہاؤس۔ 0302-5898995۔ **ڈیرہ اسماعیل خان:** خواجہ ٹریڈرز اسٹریٹ نمبر 5 دکان نمبر 3 محمود مارکیٹ 0966-710887۔ **سرگودھا:** میاں احمد حسن صاحب مدنی کیسٹ والے مدنی مسجد فیکٹری ایریا سرگودھا 0301-6762480 **فیصل آباد:** نور کلاتھ سنٹر نزد مسجد نور ڈگلس پورہ گلی نمبر 13۔ 0300-6684306۔ **کنگری ضلع لورالائی:** ھوالشافی کلینک مسجد روڈ 0828-601084۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ پیسٹی سائیڈ گورنمنٹ ہائی سکول روڈ 0300-3215348۔ **کراچی:** عبقری اکیڈمی ضیاء القرآن والی گلی اردو بازار ایم اے جناح روڈ 0300-3218560۔ **کوئٹہ:** غزنوی کتب خانہ قندھاری بازار 081-2824617۔ **گجرات:** غوثیہ گفٹ سنٹر دکان نمبر 2 کمیٹی مارکیٹ گجرات، 0302-6292132۔ **گوجرانوالہ: شافی دواخانہ برانچ نمبر 1** چوک کچا فوتمنڈ، ڈیرہ گجراں بالمقابل مسجد فاروق اعظم کمشنر روڈ **برانچ 2۔** مین بازار کشمیر کالونی گوجرانوالہ کینٹ۔ 0300-6453745۔ **لاہور:** غوری برادرز مین بازار وسن پورہ نزد (اللہ رکھا پکوڑیاں والا) 0324-4280213۔ **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر بیرون بوہڑ گیٹ اردو بازار۔ 0322-6748121۔ **منڈی بہاؤالدین:** حذیفہ دواخانہ نزد اقبال ماڈل ہائی سکول بلمقابل حنفیہ مسجد سکول محلہ بازار منڈی بہاؤالدین۔ 0345-6810615۔ **مظفر گڑھ:** محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی 0333-6031077۔ **میلسی:** امتیاز احمد نیو شوکت کلاتھ قائد اعظم روڈ۔ 0321-7982550۔

اجوائن! چھوٹی چیز بڑے فائدے

امبرین‘ لاہور

داد‘ خارش اور چنبل میں اجوائن کی اگر مرہم بنا کر لگائی جائے تو چند روز میں فائدہ ہوتا ہے۔ اس کے مرہم بنانے کا طریقہ یہ ہے کہ اجوائن چار تولہ‘ پھٹکری سفید ایک تولہ‘ توتیائے سبز ایک تولہ‘ ان تمام چیزوں کو لوہے کی کڑاہی میں آگ پر اتنی دیر رکھیں کہ وہ سیاہ ہو جائے پھر مثل سرمہ کرکے ویزلین ملا کر مرہم تیار کر لیں

اجوائن ایک ایسی دوا ہے جس سے تقریباً ہر شخص واقف ہے۔ اجوائن کا رنگ سیاہی مائل بھورا ہوتا ہے۔ اس کے بیج انیسوں کے مشابہ ہوتے ہیں اس کی بو تیز ہوتی ہے۔ اس کا مزاج تیسرے درجے میں گرم وخشک ہوتا ہے۔ عام طور پر اس کی مقدار خوراک تین ماشہ سے چھ ماشہ ہوتی ہے۔ اجوائن کی دو مشہور اقسام ہیں۔ اجوائن دیسی اور اجوائن خراسانی۔ اجوائن دیسی کے پتے کچھ کچھ دھنیا کے پتوں سے مشابہت رکھتے ہیں۔ ان میں تھوڑی سی تیزی اور تلخی ہوتی ہے۔ اس کا پودا سوئے کے پودے کی طرح ہوتا ہے جبکہ اس کے چھوٹے چھوٹے‘ سفید چھتری کی طرح ملے ہوئے پھول ہوتے ہیں۔ پھولوں کے بعد چھوٹے چھوٹے بیج لگتے ہیں اور یہی اجوائن دیسی کے دانے کہلاتے ہیں۔

اجوائن دیسی کے فوائد

☆ اجوائن دیسی کھانا ہضم کرتی ہے اور بھوک بڑھاتی ہے۔ ☆ کاسر ریاح ہے۔ فساد بلغم اور اپھارہ کو دور کرتی ہے۔ ☆ سدہ کو کھولتی ہے۔ ☆ پیشاب اور حیض کو جاری کرتی ہے۔ ☆ گردہ ومثانہ کی پتھری کو توڑتی ہے۔ ☆ فالج اور اعصابی کمزوری والے مریضوں کیلئے مجرب ہے۔ ☆ جسم کے بعض زہریلے مادوں کو تحلیل کرتی ہے۔ ☆ دل کو طاقت دیتی ہے اور اعصابی دردوں کیلئے بہت مفید ہے۔ ☆ اجوائن کو اگر شہد کے ہمراہ کھایا جائے تو چہرے اور ہاتھ پاؤں کی سوجن میں فائدہ دیتی ہے۔ ☆ اگر اسے لیموں کے پانی میں رگڑ کر خشک کرکے سفوف بنایا جائے اور یہ سفوف ایک چمچہ چائے والا ہمراہ پانی دن میں ایک بار استعمال کرنے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے۔ ☆ کالی کھانسی دور کرنے کیلئے اگر اجوائن کا پانی یعنی اجوائن کو پانی میں بھگو کر اور نتھار کر پانچ روز تک صبح وشام تین تولے پینے سے انشاء اللہ شفاء ہوگی۔ ☆ پیٹ کے درد اور بدہضمی میں اجوائن اور نمک کی پھکی بنا کر کھانے سے شفاء ہوتی ہے۔ تجربے میں آیا ہے کہ اس کی ایک خوراک ہی بہت فائدہ دیتی ہے۔ ☆ اس کا روزانہ استعمال مقدار چھ ماشہ ہمراہ پانی بدن میں چستی لاتا ہے۔ چہرے کا رنگ نکھارتا اور بواسیر کو بے حد فائدہ دیتا ہے۔ ☆ پرانے بخار میں اجوائن دیسی چھ ماشہ‘ گلو تین ماشہ رات کو پانی میں بھگو کر صبح رگڑ چھان کر حسب ذائقہ نمک ملا کر استعمال کرنے سے تین سے پانچ دن کے اندر بخار دور ہو جاتا ہے۔ ☆ زکام کی صورت میں اجوائن کو گرم کرکے باریک کپڑے میں پوٹلی باندھ کر سونگھنے سے چھینکیں آتی ہیں جس سے پانی بہہ جاتا ہے اور زکام کا زور کافی حد تک کمزور ہو جاتا ہے۔ ☆ ہچکی کو روکنے کیلئے اجوائن دیسی کو آگ پر ڈال کر اس کا دھواں کسی نلکی کے ذریعے ناک میں لیا جائے تو ہچکی فوراً بند ہو جاتی ہے۔ ☆ اجوائن کے چند دانے چبا لینے سے قے فوراً رک جاتی ہے۔ ☆ اگر منہ کا ذائقہ خراب ہو تو اجوائن کے دانے چبانے سے ٹھیک ہو جاتا ہے۔ ☆ اس کے کھانے سے خراب ڈکاریں آنا بند ہو جاتی ہیں۔ ☆ مرض برص وبہق میں دیگر نسخہ جات میں اجوائن کو شامل کرنے سے اس کی تاثیر بڑھ جاتی ہے اور مرض جلدی ٹھیک ہو جاتا ہے۔ ☆ بند چوٹ والی جگہ پر اجوائن کو رگڑ کر شہد میں ملا کر لگانے سے اس جگہ کا منجمد خون جاری ہو جاتا ہے اور درد ٹھیک ہو جاتی ہے۔ ☆ پیچش کی صورت میں اجوائن تین ماشہ اور کلونجی ایک ماشہ ملا کر ہمراہ دہی استعمال کرنے سے فائدہ ہوتا ہے۔

(بقیہ: مجوسی کی صلہ رحمی اور حضور ﷺ کا پیغام)

وہ مجوسی کہنے لگا میں اس کی بات سن کر پریشان ہو گیا میں نے جلدی سے کھانے کا سامان اکٹھا کیا اور بڑھیا کو دیا لیکن اس سے اٹھایا نہ گیا تو میں خود اسے اپنے سر پر اٹھا کر اس کے گھر لے گیا۔ اس نے مجھے دعا دی کہ اللہ تجھے ایمان کی دولت سے نوازے میں اس بڑھیا کو لے کر واپس مکان پر آیا اور ریشمی لباس قیمتی کپڑے سونا ہیرے جواہرات وغیرہ سامان باندھ کر اس کو دیا لیکن وہ اس سے اٹھایا نہ گیا تو میں نے اپنے سر پر اٹھایا تو میں پسینہ پسینہ ہو گیا اور اس کے گھر پہنچا دیا اس بڑھیا نے پھر دعا دی کہ اللہ جنت میں تیرا مکان میرے نبی ﷺ کے ساتھ بنا دے اور تیری جوانی لوٹا دے پھر اس مجوسی نے عبداللہ ابن مبارک رحمۃ اللہ علیہ سے اس کی دلیل مانگی تو آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اپنا ہاتھ اس کے چہرے پر پھیر دیا۔ ہاتھ پھرتے ہی اس کا چہرہ روشن ہو گیا اور پچیس سے تیس سال کا جوان معلوم ہونے لگا اس پر وہ مسلمان ہو گیا۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

صبح 9 سے 11 بجے تک والی روحانی محفل کی۔ مجھے بہت زیادہ سکون محسوس ہوا اور میرا دن انتہائی خوبصورت گزرا۔ اتوار کے دن حالانکہ میں اٹھتی ہی بہت لیٹ تھی لیکن اس دن میں جلدی اٹھی غسل کیا اور ناشتہ کرکے بھکاری بن کر ورد کرنے لگی مجھے بہت زیادہ مزا آیا۔ (ایک بہن)

پیٹ میں درد کیلئے گھریلو ٹوٹکے

پیٹ میں درد کیلئے گھریلو ٹوٹکے

یہ تکلیف بڑوں اور بچوں سب کو لاحق ہوتی رہتی ہے بازاری کھانا زیادہ چٹ پٹی اشیاء وغیرہ کے استعمال سے پیٹ میں درد ہوتا ہے۔ اس کے علاج کیلئے چند ٹوٹکے قارئین کی نذر!

دارچینی کا سفوف: یہ سفوف بہت مفید ہوتا ہے (چائے کا) آدھا چمچہ دارچینی کا سفوف ایک گلاس بغیر بالائی کے دودھ پانی میں ملا کر پینے سے آرام ہوتا ہے‘ درد دور ہونے تک یہ عمل جاری رکھنا چاہیے۔ **سونف:** تازہ (سبز رنگ کے) سونف ایک چائے کے چمچہ منہ میں ڈال کر چائے اور اس کا رس نگلنے سے بھی درد میں کمی آجاتی ہے پیٹ میں موجود گیس خارج ہوتی ہے۔ اس مقصد کیلئے اس کے ساتھ تھوڑا سا کالا نمک ملا لینے سے بہت جلد آرام ہوتا ہے۔ **اجوائن:** یہ بھی اکثر گھروں میں ہوتی ہے۔ آدھا چائے کا چمچہ اجوائن چبا کر کھانے اور اوپر سے پانی پینے سے گیس کی تکلیف اور درد دور ہوتا ہے۔ اجوائن بھوک بڑھاتی ہے بلکہ کھانسی کا بھی ایک مفید علاج ہوتی ہے۔

یوکلپٹس آئل

یہ سفیدے کے درخت کا تیل ہے۔ اس کے پتوں میں خوشگوار مہک ہوتی ہے۔ یہ تیل کھانسی کے شربتوں اور دیگر دواؤں کے علاوہ غرغرے اور مالش کی دواؤں میں بھی استعمال ہوتا ہے۔ گلے کی تکلیف کیلئے تیار ہونے والی گولیوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ سینے کی جکڑن‘ کھانسی وغیرہ کیلئے اس تیل کی سینے‘ پیٹھ اور گلے پر مالش سے بہت فائدہ ہوتا ہے۔ ناک کی سوجن دور ہو جاتی ہے اور سانس لینے میں آسانی ہوتی ہے اس کے قطرے گرم پانی میں ڈال کر بھاپ میں سانس لینے سے بھی بہت آرام ہوتا ہے۔ **(اقتباس: عبقری فائل 1)**

نا اہل کو اہل بنانے کا عقدہ

عزیز الرحمان عزیز، پشاور

کچھ عرصہ بعد فیلقوس نے جو کچھ طوطوں کو پڑھایا، سکھایا ان کو ازبر ہوگیا اور سارے طوطے بڑے پیار سے بڑی اچھی لے میں کہتے ''ہم شکاری کی پھرکی پر کبھی نہیں بیٹھیں گے، اگر کہیں غلطی سے بیٹھ بھی گئے تو پھر سے اڑ جائیں گے۔''

ایک زمانہ تھا کہ میں ایک دکان کے ساتھ چھابڑی لگایا کرتا تھا اور اسی سلسلے میں ہر ماہ کے آخری دنوں میں لاہور خریداری کیلئے جایا کرتا تھا۔ اس بار جس دن میں لاہور پہنچا تو جمعۃ المبارک کا دن تھا۔ میں مارکیٹ میں پھر رہا تھا اور مختلف دکانوں سے چیزیں خرید رہا تھا کہ جمعہ کی اذان شروع ہوگئی میں نے سب کچھ چھوڑا اور بازار ہی (شاہ عالمی) میں ایک چھوٹی سی مسجد تھی جہاں میں نے باوضو ہو کر نماز پڑھی جب نماز کیلئے جماعت کھڑی ہوئی تو اقامت کے بعد امام صاحب کی تکبیر اولیٰ کی آواز آئی اور جب امام صاحب نے ایاک نعبدوایاک نستعین کہا تو پتہ نہیں کیوں مجھے یہ خیال آیا کہ کروڑوں کی تعداد میں مسلمان ساری دنیا میں یہی آیت تلاوت کر رہے ہونگے اور مسلسل ہر نماز میں کر رہے ہیں مگر (نعوذ باللہ) یہ سب لوگ جھوٹ کہہ رہے ہیں اور مسلسل جھوٹ کہے جا رہے ہیں اور بے تحاشا روتا اور پھوٹ پھوٹ کر روتا رہا ہچکی بندھ گئی۔

نماز کے بعد ساتھ والے نے پوچھا کہ خیر باشد کیا تکلیف ہے، میں نے نفی میں سر ہلایا اور اسی طرح ہر کوئی ہمدردی جتانے لگا مگر میں خاموش رہا۔

صرف ناں ناں کیلئے سر ہلاتا رہا اور مجھے بار بار خیال آتا رہا کہ ہم صریحاً جھوٹ کہہ رہے ہیں کہ ہم (تجھ سے مانگتے ہیں) ہم تیری ہی عبادت کرتے ہیں اور تجھ ہی سے مدد مانگتے ہیں ہم منافقت کر رہے ہیں ہم تو بالکل فیلقوس فلسفی (جو کہ یونانی تھا) کے طوطے ہوگئے ہیں جو کہ انتہائی ہمدرد قسم کا شریف آدمی تھی۔ ایک دفعہ جنگل سے گزر رہا تھا کہ اس نے دیکھا کہ شکاری نے بے شمار طوطے پکڑے ہوئے ہیں اور پنجرے میں بند کر رہا ہے اس نیک دل فلسفی نے کہا اے اللہ کے بندو یہ ظلم نہ کرو، آزاد پرندوں کو مت قید کرو، ان کو آزاد کردو تمہارا یہ عمل خدا کو پسند آجائیگا۔ (چھوڑنے کا) مگر اس شکاری نے اس نیک دل انسان کی بات سنی ان سنی کردی اور کہا کہ حضرت ہمارا پیٹ کا مسئلہ ہے میں ان کو بیچ کر گھر کا چولہا جلاتا ہوں اگر طوطے پکڑنے کا کام نہ کروں تو کھاؤں گا کہاں سے۔ نیک دل فلسفی نے کہا یہ مجھے سارے کے سارے بیچ دیں جس کیلئے شکاری تیار ہوگیا۔ قیمت چکا کر فیلقوس طوطوں کو اپنے گھر لے گیا اور ان کو پڑھانا شروع کردیا کچھ عرصہ بعد فیلقوس نے جو کچھ طوطوں کو پڑھایا، سکھایا ان کو ازبر ہوگیا اور سارے طوطے بڑے پیار سے بڑی اچھی لے میں کہتے ''ہم شکاری کی پھرکی پر کبھی نہیں بیٹھیں گے، اگر کہیں غلطی سے بیٹھ بھی گئے تو پھر سے اڑ جائیں گے۔''

تو فلسفی بڑا خوش ہوا کہ اب ان کو کوئی شکاری نہیں پکڑ سکے گا کیونکہ یہ اب پھرکی پر بیٹھے ہی نہ ہونگے تو گرفتاری کیسی۔

مگر افسوس کہ ہم بالکل واقعی فیلقوس کے طوطے ہیں ہم تو کہتے ہیں کہ ایاک نعبدوایاک نستعین مگر اس پر طوطوں کی طرح عمل نہیں کرسکتے۔ اتفاقاً نیک دل فلسفی کا گزر پھر جنگل کی طرف سے ہوا تو کیا دیکھتا ہے کہ شکاری اپنے شکار کو پنجروں میں بند کر رہا ہے اور ان طوطوں میں ایک دو طوطے جو کہ شکاری کی پھرکی سے چمٹے ہوئے ہیں مگر زبان سے تو کہہ رہے ہیں لیکن عمل نہیں کر رہے اور اسی طرح پھرکی کو پکڑا ہوا ہے اور چھوڑنے کا خیال نہیں آیا یا آتا بھی ہو تو ڈر کی وجہ سے کہ کہیں نیچے نہ گر جائیں حالانکہ وہ تو اڑ سکتے ہیں مگر جرأت نہیں ہے۔ اللہ مہربان ہمیں عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔

شکاری طوطے ایسے پکڑتے ہیں کہ جیسے ترازو کی ڈنڈی کے درمیان ایک سوراخ ہوتا ہے بالکل اسی طرح شکاری کی پھرکی بھی ویسی ہی ہوتی ہے جب طوطا پھرکی پر بیٹھتا ہے تو اپنے ہی وزن سے وہ بالکل نیچے کی طرف لٹک جاتا ہے اور اپنے پنجوں سے بڑی مضبوطی سے پھرکی والی ڈنڈی کو پکڑ لیتا ہے۔ اپنی کم عقلی کی وجہ سے سلاخوں کے پیچھے چلا جاتا ہے۔

پتھری گردہ و مثانہ

بڑی الائچی توے پر ہلکی سی گرم کرلیں پھر اس کے دانے نکال لیں 50 گرام، 50 گرام قلمی شورہ، دو ٹکیہ مشک کافور سب کو سفوف بنالیں تین وقت کچی لسی سے ایک ماشہ دیں، پتھری کو آٹا بنا کر نکال دے گی۔

دافع احتلام

اسپغول کی بھوسی چھ ماشہ صبح نہار منہ دودھ سے لیں ایک ہفتہ۔ **(محمد یونس قادری، ٹنڈو آدم)**

جوڑوں کا درد

15 دن کے بعد مجھے ان کا خط ملا کہ میں مکمل ٹھیک ہوگئی ہوں بقایا دوائی کھاؤں یا نہ کھاؤں

مجھے ایک دفعہ علاقہ تھل میں جانے کا اتفاق ہوا۔ ایک بوڑھی عورت مجھے کہنے لگی کہ کافی آدمیوں کی زبانی میں نے سنا ہے کہ آپ کے پاس جوڑوں کے درد کی بہترین دوا ہے۔ میرا حال یہ ہے عرصہ 5 سال سے یہ درد شروع ہوا ہے۔ علاج معالجہ کرانے سے معمولی فرق پڑتا اور پھر وہی درد برقرار رہتا ہے۔ اب میرا یہ حال ہے تمام جوڑوں میں درد اور سارے جسم میں بھی اکثر درد رہتا ہے۔ لاٹھی کے سہارے کچھ چل پھر سکتی ہوں۔ لیکن تھوڑا سا چلوں تو درد شدت اختیار کر جاتا ہے۔ عاجز نے اس عورت کو ساٹھ پڑیاں بنا کردیں جو کہ تیس دن کی دوائی تھی۔ 15 دن کے بعد مجھے ان کا خط ملا کہ میں مکمل ٹھیک ہوگئی ہوں بقایا دوائی کھاؤں یا نہ کھاؤں۔ نسخہ مذکورہ ذیل میں ملاحظہ فرمائیں۔ **ھوالشافی:** اَک کی جڑ کا خشک چھلکا 250 گرام، کلونجی 250 گرام، اجوائن دیسی 250 گرام تمام اجزاء کی سفوف بنائیں۔ **مقدار خوراک:** ایک چمچ صبح و شام ہمراہ نیم گرم دودھ یا چائے کے ساتھ لیں۔

بواسیر: ایک واقعہ بطور نمونہ۔ میں اپنے رقبے میں گیا میرا پڑوسی ہاری جو کہ درخت کے نیچے چارپائی پر لیٹا ہوا تھا۔ مجھے آواز دی میں اس کے پاس گیا تو کہنے لگا مجھے رات کا مقعد میں سخت درد ہے اور دوسرا کافی دن ہوگئے ہیں پاخانہ کے ساتھ خون بھی آتا ہے۔ درد کی وجہ سے لیٹا ہوا ہوں۔ آج میری زمین وتر تھی۔ ہل بھی نہ چلا میں نے اس کے بیٹے کو ساتھ لیا اور گھر آکر دو پڑیاں بنا کر دے بھیجیں اور کہا کہ ایک ابھی اور دوسری گھنٹہ کے بعد پانی کے ساتھ لیں۔ انہی دو پڑیوں سے خون بھی اور درد بھی رک گیا۔ مزے کی بات یہ ہے نسخہ بالکل معمولی ہے۔ **ھوالشافی:** کلونجی 70 گرام، سرسوں کے بیج 100 گرام جن سے کڑوا تیل نکلتا ہے، تخم نمولی کا اندرونی مغز 100 گرام۔ ترکیب: ہر جز کو علیحدہ علیحدہ رگڑ کر سفوف بنالیں۔ خوراک: فل سائز کیپسول دو عدد صبح، دوپہر، شام ہمراہ پانی کھانے سے پہلے لیں۔ **(صفحہ نمبر 274)**

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں، لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

شائلہ سلیم، اسلام آباد

اپنی توانائی کے ذخیرے کو محفوظ کریں

فطرت کے ٹائم ٹیبل کے مطابق دن کام کاج کرنے کیلئے ہے اور رات سونے اور آرام کرنے کیلئے۔صدیوں سے انسان اس پر عمل پیرا ہے لیکن آج کا دور صنعت وحرفت اور ٹیکنالوجی کا دور ہے۔ہم نے فطرت کے ٹائم ٹیبل کو توڑ مروڑ کر رکھ دیا ہے۔

اس حقیقت سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ اپنی سماجی پیشہ وارانہ یا کاروباری ذمہ داریوں کو نبھانے کیلئے ہمیں اچھی صحت کی ضرورت ہے۔لہٰذا خود کو ٹھیک ٹھاک رکھنے کیلئے ساری عمر چارونا چار کچھ نہ کچھ کرنا ہی پڑتا ہے۔اپنے خوابوں کی عملی تعبیر دیکھنے کیلئے انسان کو صحت منداور طویل زندگی درکار ہے اس کے بغیر آپ کوئی کام سرانجام دے سکتے ہیں اور نہ ہی زندگی سے پوری طرح لطف اندوز ہوسکتے ہیں۔کتنا بڑا المیہ ہے کہ انسان اپنی سماجی وکاروباری یا پیشہ وارانہ زندگی کے بام عروج پر پہنچ کر خود جسمانی لحاظ سے ناکارہ ہوکر ختم ہوجائے۔یہ کتنی بڑی خوش نصیبی ہے کہ آپ جو پودے لگائیں رخصت ہونے سے پہلے ان کا پھل بھی کھا کر جائیں۔ پختہ کار ہوجانے کے بعد بھی آپ کے پاس اتنی زندگی باقی ہونی چاہیے کہ آپ اپنے کمال اور مہارتوں سے مستفید ہوسکیں۔

پیتھالوجی کے حوالے سے دائمی تھکن کوئی مرض نہیں بلکہ کسی ہونے والی خرابی صحت کی پیشگی اطلاع ہے فطرت نے ہمارے بدن میں ایک الارم سسٹم وضع کررکھا ہے جو کسی بیماری کے حملے سے پہلے ہی ہمیں آگاہ کردیتا ہے جس طرح گھڑی کے الارم سے آپ فوراً جاگ اٹھتے ہیں اسی طرح بدن کے اس الارم سے بھی آپ کو چوکنا ہوجانا چاہیے۔دائمی تھکن بھی ایسا ہی الارم ہے جسے نظرانداز کردینے سے صحت کا بحران واقع ہوسکتا ہے۔

دائمی تھکن کیا ہے؟ مثلاً آپ بہت جلدی تھک جاتے ہیں۔رات کو نینداور آرام کرنے سے بھی آپ کی تھکن نہیں جاتی اور صبح جب آپ اٹھتے ہیں تو تھکاوٹ سے چور چور ہوتے ہیں۔اپنے دن کے کاروبار یا ملازمت میں آپ کو کوئی خوشی محسوس نہیں ہوتی۔ آپ اپنے تفریحی مشاغل کو ایک ایک کرکے چھوڑ رہے ہیں۔سرگرمی اور پیش قدمی کی بجائے آپ مایوسی اور بددلی کا شکار ہیں لیکن کبھی کبھی آپ بہتر بھی محسوس کرتے ہیں اور اس دن آپ زیادہ کام کرتے ہیں۔آپ کو حیرت ہوتی ہے کہ روزانہ اسی طرح تازہ دم کیوں نہیں ہوتا؟ اگر آپ اس طرح کی کیفیت سے دوچار ہیں تو یقیناً دائمی تھکاوٹ کا شکار ہیں۔اگر آپ دائمی تھکاوٹ کا شکار ہیں تو سب سے پہلے ان باتوں کا جائزہ لیں!

رات کو کتنی دیر سوتے ہیں؟۔شام کتنے بجے سوتے ہیں؟۔صبح کتنے بجے اٹھتے ہیں؟

فطرت کے ٹائم ٹیبل کے مطابق دن کام کاج کرنے کیلئے ہے اور رات سونے اور آرام کرنے کیلئے۔صدیوں سے انسان اس پر عمل پیرا ہے لیکن آج کا دور صنعت وحرفت اور ٹیکنالوجی کا دور ہے۔ہم نے فطرت کے ٹائم ٹیبل کو توڑ مروڑ کر رکھ دیا ہے۔مصنوعی روشنی کی مدد سے دن اور رات کے فرق کو مٹا کر اپنے کاروبار کو چوبیس گھنٹوں پر پھیلایا ہے تاہم ہمیں چاہیے کہ اپنے کام اور آرام کے اوقات کو ممکنہ حد تک انداز فطرت کے مطابق بنائیں۔ایک بات ہمیشہ یاد رکھیں کہ آدھی رات سے پہلے پہلے زیادہ سے زیادہ وقت سوئیں تاکہ صبح تازہ دم اٹھیں۔اٹھنے کے بعد لٹمس پیپر پر اپنے پیشاب کا ردعمل چیک کیا کریں۔نارمل ردعمل ایسڈ ہونا چاہیے یعنی لٹمس پیپر سرخ ہوجائے۔اس سے پتہ چلتا ہے کہ رات کے آرام کے بعد آپ کے بدن کی کیمسٹری معمول پر آگئی ہے۔مزید آپ اندازہ لگاسکتے ہیں کہ ان کے کام کاج کیلئے آپ کے بدن میں توانائی کا کتنا ذخیرہ موجود ہے کیونکہ توانائی کے اس محفوظ ذخیرے کا انحصار بدن کو آرام کی مہلت پوری نیند پریشانی سے نجات اور ایسی غذاؤں سے پرہیز پر ہوتا ہے جس سے پیشاب کا ردعمل الکلی ہو۔

اگر آپ کے پیشاب کا ردعمل الکلی (قوی) ہے تو پھر آپ کو اپنے 'آرام' نیند' پریشان حالی اور روزمرہ غذا جیسے معمولات کا ازسرنو جائزہ لینا ہوگا' دائمی تھکن کے شکار حضرات کو آرام کا کوئی موقع رائیگاں نہیں جانے دینا چاہیے۔کسی دانشور کا قول ہے کہ اگر بیٹھنے کا موقع ہوتو میں کبھی کھڑا نہیں ہوتا' اگر لیٹنے کا موقع ہوتو کبھی بیٹھتا نہیں اور اگر چلنے سے ہی کام ہوسکتا ہوتو میں کبھی نہیں دوڑتا گویا اس طرح کی بچت کی سکیموں سے آپ اپنی توانائی کے محفوظ ذخیرے کو ضائع نہیں ہونے دیتے۔

آیئے! دیکھیں کہ آپ اپنی توانائی کے محفوظ ذخیرے کو کیسے برقرار رکھ سکتے ہیں؟ دواؤں کے ذریعے نہیں بلکہ سیدھے سادھے لوک معالجات کے ذریعے اگر صبح دم آپ کا پیشاب ٹیسٹ قلوی ہے تو اس سے آپ کی جمع شدہ توانائی میں کمی کی نشاندہی ہوتی ہے۔آدھا گلاس نیم گرم پانی میں ایک چمچ سیب کا سرکہ ڈال کر اچھی طرح ہلالیں پھر اس محلول سے سر کے علاوہ بدن کے سارے حصوں کو دونوں ہاتھوں سے دستی غسل دیں کہ جلد اس کو جذب کرلے۔

آپ کا ردعمل ایسڈ ہوجائے گا اور تاب وتوانائی بحال ہوجائیگی۔دائمی تھکن سے نجات حاصل کرنے کیلئے صابن کا استعمال بھی ترک کرنے پر غور کریں یقیناً آپ کو یہ مشورہ بہت زیادہ حیران کرے گا۔اس کے استعمال سے ہماری پوری جلد متاثر ہوتی ہے اور ہمارا اپنا ردعمل بھی قلوی ہوجاتا ہے جو اچھی صحت کے منافی علامت ہے۔تیزابی جلد خون کو اپنی طرف کھینچتی ہے اور اس کا رنگ سرخی مائل ہوتا ہے اس کے برعکس الکلی (قوی) جلد زردی مائل ہوتی ہے۔صحت مند جلد کی ہلکی گلابی چمک ہوتی ہے۔میل کچیل اتارنے کیلئے صابن کا استعمال ضروری ہے تو بہتر ہے کہ صابن کے بعد آخر میں پانی میں تھوڑا سا سیب کا سرکہ ڈال کر سارے بدن کو اس سے تر کریں تاکہ بدن کا ردعمل ایسڈ ہوجائے۔ٹب باتھ میں بھی آپ یہ طریقہ استعمال کرسکتے ہیں۔

آیئے اب تھکن کے حوالے سے روزمرہ خوردونوش کا جائزہ لیں۔غذا سے ہمارے بدن کی مسلسل تعمیرومرمت ہوتی ہے۔اگر آپ دائمی تھکن کا شکار ہیں تو آپ کو بعض غذائیں ترک کرنا ہوں گی۔غذائی تحقیقات سے یہ بات ثابت ہے کہ باجرہ مکئی وغیرہ غذائی اعتبار سے گندم سے بہتر ہیں مگر اس کے باوجود بڑے پیمانے پر ہم نے گندم کو ہی بطور غذا اپنا رکھا ہے اور اس کو بھی سالم نہیں بلکہ سفید آٹا نکال کر کھاتے ہیں۔دائمی تھکن کے مریضوں کو آیوڈین اور دوسری باقی معدنیات کی ضرورت ہوتی ہے۔اس کے علاوہ سلاد پر سرکہ ڈال کر کھایا کریں یا دن میں دوبار ایک گلاس پانی میں ایک چمچ سیب کا سرکہ ڈال کر کھانے کے بعد پی لیا کریں۔انشاءاللہ تھکن کی شکایت دور ہوجائے گی۔

(بقیہ: ڈاڑھی کٹوانے کا عبرت انگیز واقعہ)

نہ رکھنے پر بیٹوں کا کھانا بند کرتی۔اللہ انہیں نیکی کی ہدایت دے۔پر یہاں پر تو گنگا ہی الٹی بہتی ہے۔اگر بیٹے فرنچ یا کوئی فیشن ایبل اور ڈاڑھی کی توہین کرکے کوئی سٹائل بنا کر آجاتے ہیں تو فخر سے بیٹے کو دیکھ کر خوش ہوتی ہیں کہ فیشن کیا ہوا ہے اور اگر سنت کے مطابق رکھے تو کہتی ہیں تمہاری ڈاڑھی رکھنے کی عمر نہیں ہے۔ارے نادان ماؤں جب ڈاڑھی رکھنے کی عمر ہوئی ہے تو ڈاڑھی نکلی ہے نا! ہم سے تو اچھے سکھ ہیں جنہیں آخرت پر ایمان بھی نہیں پھر بھی اپنی شناخت سنبھالے ہوئے ہیں۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 23

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہورہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اچانک صحابی بابا کی آواز آئی کہ چلیں نا تب جا کر میں چونکا میں نے صحابی بابا اور حاجی صاحب سے اور ایک جیل کے داروغہ تھے ان سے سوال کیا کہ یہ کیا کیفیت ہے؟ باقی حضرات خاموش ہوگئے لیکن صحابی بابا مسکرا دیئے فرمایا کہ یہ اولیاء اللہ اور صالحین کی تربتوں پر جو اللہ جل شانہٗ کی طرف سے انوارات اور برکات نازل ہوتی ہیں یہ وہ چیز تھی۔ اس کی تازگی اس کی خوشبو اور اس خوشبو کا ایک انوکھا احساس ابھی یہ بیان کرتے ہوئے بھی میں محسوس کررہا ہوں اور شاید یہ احساس مجھے کبھی نہ بھول سکے۔

قارئین! آپ نے الفاظ تو پڑھے ہی ہونگے میرا احساس کون پڑھے...... اور پڑھ بھی کیسے سکتا ہے۔ مجھے بے شمار ملنے والے خطوط میں لوگ یہ کہتے ہیں کہ یہ سب واقعات دھوکہ اور فریب ہیں' وہ کہتے ہیں یہ محض ایک ڈھکوسلہ ہے لیکن اکثریت میرے اس کالم سے اور میرے ان مشاہدات سے نفع اٹھارہی ہے۔

کچھ یہ بھی کہتے ہیں کہ اس سلسلے کو بند کردیا جائے جو حضرات یہ باتیں کہتے ہیں وہ بھی سچے ہیں ان کا برتن ہی اتنا ہے' ان کا ظرف ہی اتنا ہے۔ روحانی دنیا سے ان کو شناسائی ہے ہی نہیں۔ انہوں نے ظاہر کی دنیا کو اور مادی دنیا کو دیکھا ہے۔ اس دنیا کو کیسے سمجھ پرکھ سکتے ہیں۔ اس دنیا کو وہ کیسے پڑھ سکتے ہیں۔ خیر میں صحابی بابا کے اصرار پر اٹھا جبکہ اٹھنے کو میرا دل نہیں چاہ رہا تھا لیکن اٹھ تو گیا چل نہیں سکا۔ میں پھر بیٹھ گیا۔ میں نے ان سے کہا کہ کوئی نادیدہ سی قوت ہے جو مجھے اٹھنے نہیں دے رہی میں کیا کروں۔ پہلے کی طرح سب خاموش لیکن صحابی بابا مسکرا رہے تھے۔ میں نے ان سے عرض کیا کہ آپ ہی بتائیے کہ اس نہ اٹھنے کی وجہ کیا ہے؟ وہ فرمانے لگے صاحب مزار جو کہ صاحب کمال درویش ہیں وہ چاہتے ہیں کہ آپ ابھی ہمارے ساتھ اور بیٹھیں اور کچھ کہیں کچھ سنیں سورۂ اخلاص کا مزید ہدیہ دیں۔ میں بیٹھ کر مزید پڑھنا شروع ہوگیا۔ بہت دیر تک حالت سکرات میں سورۂ اخلاص پڑھتا رہا اور اللہ سے عرض کرتا رہا کہ اے اللہ اپنے اس بندے کی روح کو میری طرف سے ہدیہ پہنچا' بہت دیر کے بعد میں نے محسوس کیا کہ میرے جسم میں جان آنا شروع ہوگئی ہے' میری ٹانگوں میں' میرے دل میں' میرے پاؤں میں جان اور حرکت پیدا ہوئی۔ میں سمجھ گیا کہ ان کی طرف سے اجازت ہے' میں سلام کرکے اٹھا' صحابی بابا اور دیگر جنات میرے منتظر تھے۔ مجھ سے فرمانے لگے ان کو آپ سے محبت ہے۔ اس لیے آپ کو جانے نہیں دے رہے تھے۔

میں نے ان سے کہا میں جب بھی حضور سرورکونین ﷺ کے روضہ اطہر پر جاتا ہوں وہاں بھی مجھے روک لیا جاتا ہے' ابھی نہ جاؤ۔ وہاں بھی مجھ بے حیثیت سے بہت زیادہ محبت کی جاتی ہے۔ ایک بے ذرہ اور بے حیثیت سے اتنی زیادہ محبت...... میں کیا اور میری اوقات کیا۔ لیکن ایک چیز جو بار بار میرے تجربات اور دیکھنے میں آئی ہے وہ یہ کہ جن لوگوں کو میں نے یہ چیز بتائی ہے کہ کثرت سے سورۂ اخلاص اور درود شریف پڑھیں! یہ دو چیزیں ایسی ہیں جو اللہ کی بارگاہ میں بندے کو صاحب مقام بنادیتی ہیں اور صاحب کمال بنادیتی ہیں جو اللہ کی بارگاہ میں بندے کو ایسا جسم عطا کرتی ہیں جو جسم لاہوتی ہوتا ہے۔ وہ جسم مٹی کا بنا ہوا نہیں ہوتا' وہ نورانی جسم ہوجاتا ہے۔ وہ جسم پھر سیر کرتا ہے عالم لاہوت کی' ملکوت کی' عالم جبروت کی اور ایسے عالم ہیں جن کے بارے میں قلم رک جاتا ہے۔ زبان گنگ ہوجاتی ہے۔

الفاظ ٹھہر جاتے ہیں' عقل کے سانچے پگھل جاتے ہیں سوچوں کے دھارے رخ بدل لیتے ہیں' نگاہیں پتھرا جاتی ہیں اور سانسیں رک جاتی ہیں۔ کیوں؟ وہ ایسی پراسرار دنیا ہیں جس کا میں نے ایک مرتبہ پہلے بھی تذکرہ کیا تھا۔ جن کو ہم عام طور پر اڑن طشتریاں کہتے ہیں وہ اس دور کی دنیا ہے اور ان کی سائنس ہم سے کہیں زیادہ اونچی ہے' ان کی دنیا ہم سے کہیں زیادہ اونچی ہے اور ان کی کائنات ہم سے زیادہ اونچی ہے۔ ہم ان کی ترقی تک پہنچ بھی نہیں سکتے جس ترقی اور ٹیکنالوجی تک وہ پہنچ چکے ہیں ایک دفعہ مجھے صحابی بابا اس جہان میں لے گئے' وہاں جا کر مجھے ایک واقعہ یاد آیا۔ حضرت شاہ عبدالعزیز محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں ایک شخص آئے کہنے لگے کہ شیخ آپ کی خدمت میں تزکیہ نفس کیلئے آیا ہوں دل کی دنیا کو اللہ کی محبت میں ڈبونے کیلئے آیا ہوں' کچھ اللہ اللہ کے بول سیکھنے آیا ہوں۔ اگر آپ کے قدموں میں جگہ مل جائے۔ شیخ کی خدمت میں بہت عرصہ رہے' بہت عرصہ رہے۔ حضرت کی خدمت میں رہتے ہوئے زندگی کے بہت سے دن رات گزر گئے' ایک دفعہ عرض کرنے لگے کہ شیخ اللہ کی کائنات بہت وسیع ہے میں اللہ کی قدرت کے مظاہر اور مناظر دیکھنا چاہتا ہوں چونکہ صاحب استعداد ہوگئے تھے' برتن بڑا ہوگیا تھا' شیخ فرمانے لگے اچھا ٹھیک ہے۔ یہ روٹیاں لو اور جنگل میں جاؤ۔ وہاں ایک ریچھ ملے گا اس ریچھ کو یہ روٹیاں ڈال دینا۔ وہ روٹیاں منہ میں ڈال کر چلے گا تم اس کے پیچھے چلتے جانا اور پھر قدرت کے جو مظاہر و مناظر نظر آئیں وہ مجھے آکر بتانا' انہوں نے روٹیاں لیں اور چل پڑے۔ بہت دیر چلتے رہے' آخر جنگل میں بالکل سیاہ ایک ریچھ ملا اس کو روٹیاں ڈالیں' اس نے منہ میں لیں اور بھاگنا شروع ہوگیا یہ اس کے پیچھے بھاگتے رہے' وہ ایک غار میں چلا گیا بہت لمبی غار تھی' اندھیرا ہی اندھیرا تھا۔ چلتے رہے چلتے رہے...... آخر اس غار کا دھانہ قریب آیا تو روشنی نظر آئی وہ ریچھ وہاں غائب ہوگیا اور یہ وہاں پہنچ گئے اور حیران ہوئے کہ یہ کونسی دنیا ہے؟ وہاں ایک شخص ملا۔ **(جاری ہے)**

میرے مجرب ٹوٹکے
ذیابیطس کیلئے

جامن کی خشک گٹھلیاں پیس لیں' سادہ پانی سے ہر روز تین ماشہ کھاتے رہیں ذیابیطس کا خاتمہ ہوجائے گا۔

دماغی کام کرنے والوں کیلئے

وہ لوگ جو دماغی کام کرتے ہیں طالبعلم' پروفیسر' کاروباری اصحاب وغیرہ اگر اپنے لیے گوشت کی بجائے پھل اور سبزیوں کو غذا بنالیں تو وہ اٹھارہ گھنٹے مسلسل کام کرکے بھی تھکن محسوس نہ کریں گے۔ **(حکیم مرزا منور بیگ)**

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

گندگی اور غلاظت صاف کرنیوالا پرندہ

مشتاق، گجرات

کسان کیلئے اس پرندے کا ہونا اور نہ ہونا برابر ہے۔ کیونکہ اس سے جتنا فائدہ پہنچتا ہے تقریباً وہ اتنا ہی نقصان کردیتا ہے۔ شہروں میں البتہ اس کا ایک فائدہ ضرور ہے کہ یہ یہاں کی غلاظت اور گندگی کو رفع کرنے کے کام میں ہاتھ بٹاتا ہے۔

کوا...... دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا ملک ہو جس کے افسانوی ادب یا لوک گیتوں اور عوامی کہانیوں میں کوے کا ذکر نہ ہو۔ قریب قریب ہر جگہ اس کے متعلق عجیب وغریب حکایتیں اور قصے کہانیاں زبان زد خاص وعام ہیں۔ سوئٹزرلینڈ، جرمنی اور سسلی کے لوگوں میں یہ خیال عام ہے کہ کسی ایسے گھر کے قریب جس میں کوئی شخص بستر علالت پر پڑا ہو کوے کی کائیں، کائیں سنائی دے تو سمجھ لیجئے کہ مریض کی موت کی گھڑی آن پہنچی ہے۔ اسی طرح برطانیہ کے ایک علاقے سسکس میں مشہور ہے کہ اگر کسی مکان کی منڈیر پر بیٹھ کر یہ تین بار متواتر ایک انداز سے کائیں، کائیں کرے تو یہ بات یقینی ہے کہ اس گھر کا کوئی فرد داغ مفارقت دینے والا ہے۔ آئرلینڈ والے کہتے ہیں کوے ظالم جاگیرداروں کے بھوت ہیں، اس لیے کسانوں کے باغات سے سبزی چراتے ہیں۔ اس کے برعکس بعض ایسے ممالک ہیں جہاں اسے مقدس سمجھ کر اس کی تعظیم کی جاتی ہے۔

برصغیر وپاک و ہند کے لوگ اسے متفقہ طور پر منحوس خیال کرتے ہیں لیکن زمانہ قدیم میں بعض ایسے ہندو طبقے موجود تھے جو اسے متبرک اور دانش مند پرندہ سمجھ کر اس کی پرستش کرتے تھے۔

اس پرندے کا سر اور پیٹھ عام طور پر سیاہ اور گردن اور چھاتی سفیدی مائل ہوتی ہے لیکن بعض ایسے کوے بھی ہیں جو سرتاپیر سیاہ رنگ کے فرغل میں ملبوس ہوتے ہیں جیسے پہاڑی کوے ان میں سفیدی نام کو بھی نہیں ہوتی۔ یہ سب انسانی صحبت کے مشتاق اور دلدادہ ہیں۔ انسان کہیں جائے یہ اس کا پیچھا نہیں چھوڑتے۔ دنیا میں نیوزی لینڈ کے سوا اور کوئی دوسرا ملک ایسا نہیں ہے جہاں اس پرندے کا کوئی نہ کوئی ہم نسل یا نمائندہ موجود نہ ہو۔

بھوک، اس پرندے کی سب سے بڑی کمزوری ہے، کچھ نہ چھوڑے پاک نہ گندا۔ اس قدر بلانوش واقع ہوا ہے کہ کوئی بھی شے اسے غیر موافق نہیں۔ اناج، پھل، مینڈک، مردار، ٹڈے، مکوڑے اور انڈے سب کچھ اڑا جاتا ہے۔ شکاری پرندے تو صرف جوان پرندوں کو ہی ہلاک کرتے ہیں لیکن کوا باقاعدہ جاسوسوں کی طرح دوسرے پرندوں کے انڈوں اور بچوں کی تلاش میں رہتا ہے اور ڈھونڈ ڈھونڈ کر انہیں چٹ کرتا ہے۔

کسان کیلئے اس پرندے کا ہونا اور نہ ہونا برابر ہے۔ کیونکہ اس سے جتنا فائدہ پہنچتا ہے تقریباً وہ اتنا ہی نقصان کردیتا ہے۔ شہروں میں البتہ اس کا ایک فائدہ ضرور ہے کہ یہ یہاں کی غلاظت اور گندگی کو رفع کرنے کے کام میں ہاتھ بٹاتا ہے۔ گاہے گاہے گدھوں کے ساتھ مردار کھانے میں شریک ہوکر گلی سڑی اور عفونت پیدا کرنے والی اشیاء کھا جاتا ہے۔

موسم بہار شروع ہوتے ہی یہ پرندے اپنے جیون ساتھی کی تلاش شروع کردیتے ہیں۔ یہ موسم ان کی زندگی میں خاصی گہما گہمی پیدا کردیتا ہے۔ وہی کوے جو پہلے صبح سے لے کر شام تک پیٹ کے کارن گھر گھر پھرتے، اب ایک دوسرے کے پیچھے بھاگتے پھرتے اور آپس میں اٹھکیلیاں کرتے نظر آتے ہیں۔ فضا میں خوب اونچا اڑ کر اچانک نیچے کا رخ کرتے ہیں اور کسی دوسرے ساتھی کو قریب سے ذرا سا مس کرکے دوبارہ بلندی کی طرف اڑ جاتے ہیں یا بیٹھے بیٹھے اچانک اپنی گردن سکیڑ لے گا اور پر سمیٹ کر بڑے انداز سے اپنا راگ الاپنے لگے گا۔ یہ سب ان کی محبت کے انداز ہیں پسند کا جوڑا مل جانے کے بعد دونوں تادم زیست ایک دوسرے کے ساتھ رہتے ہیں۔ مادہ ایک موسم میں عام طور پر چار سے لے کر چھ انڈے دیتی ہے۔ انڈوں کا رنگ نیلا، سبزی مائل ہوتا ہے اور اس پر بھورے رنگ کے دھبے یا دھاریاں نمایاں ہوتی ہیں۔ مادہ جب انڈے سینے بیٹھتی ہے تو نر اس کیلئے خوراک مہیا کرتا ہے۔ بچوں کی پرورش اور دیکھ بھال بڑی احتیاط اور پوری جانفشانی سے کرتے ہیں۔ انہیں عقاب، شکرے اور الو جیسے دشمنوں کی دست درازی سے ہر ممکن حد تک بچاتے ہیں۔ اس پرندے میں ایک دوسرے کیساتھ اتفاق اور محبت سے مل جل کر رہنے کا گہرا جذبہ پایا جاتا ہے اور اس جذبے کی انتہا یہ ہے کہ کوئی ذرا سی چیز جو پالے، کھائے نہ جب تک سب کو بلا لے۔

وقت کی قدر کرنیوالے

حافظ محمد ہارون، کراچی

بغدادی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں جاحظ کتاب فروشوں کی دکانیں کرایہ پر لے کر ساری رات کتابیں پڑھتے رہتے تھے

عامر بن قیس رحمۃ اللہ علیہ ایک زاہد تابعی تھے ایک شخص نے ان سے کہا کہ آؤ بیٹھ کر باتیں کریں انہوں نے جواب دیا تو پھر سورج کو بھی ٹھہرالو یعنی زمانہ تو ہمیشہ متحرک رہتا ہے اور گزرا ہوا زمانہ واپس نہیں آتا ہے اس لیے ہمیں اپنے کام سے غرض رکھنی چاہیے اور بے کار باتوں میں وقت ضائع نہیں کرنا چاہیے۔

شیخ محمد سلام البیکندی رحمۃ اللہ علیہ امام بخاری رحمۃ اللہ علیہ کے شیوخ میں سے تھے ایک دفعہ ان کا قلم ٹوٹ گیا تو انہوں نے صدا لگائی کہ مجھ کو نیا قلم ایک دینار میں کون دیتا ہے لوگوں نے ان پر نئے قلموں کی بارش کردی یہ ان کی دریا دلی کا حال تھا کہ وہ ایک قلم کو بھی (اس دور کی خطیر رقم) کے بدلے خرید لیتے تاکہ لکھتے لکھتے ان کا ایک لمحہ بھی ضائع نہ ہو اور ان کے خیالات کا تسلسل جاری ہے۔

تاریخ بغداد کے مصنف خطیب بغدادی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں جاحظ کتاب فروشوں کی دکانیں کرایہ پر لے کر ساری رات کتابیں پڑھتے رہتے تھے۔

☆ فتح بن خاقان خلیفہ عباسی المتوکل کے وزیر تھے وہ اپنی آستینوں میں کوئی نہ کوئی کتاب رکھتے تھے اور جب انہیں سرکاری کاموں سے ذرا فرصت ملتی تو وہ کتاب آستین سے نکال کر پڑھنے لگ جاتے تھے۔

☆ اسماعیل بن اسحاق القاضی کے گھر جب بھی کوئی جاتا تو انہیں پڑھنے میں مصروف پاتا۔

☆ ابن رشدی اپنی شعوری زندگی میں مصروف دوراتوں کا مطالعہ نہیں کرسکے۔

☆ امام ابن جریر طبری ہر روز چودہ ورقے لکھ لیا کرتے تھے انہوں نے اپنی عمر عزیز کا ایک لمحہ بھی فائدے اور استفادے کے بغیر نہیں گزارا۔

☆ سارٹن نے تاریخ العلوم میں البیرونی کو دنیا کے بہت بڑے عالموں میں شمار کیا ہے ان کے شوق علم کا یہ حال تھا کہ حالت مرض میں مرنے سے چند منٹ بیشتر ایک فقہی سے جو ان کی مزاج پرسی کیلئے آیا ہوا تھا علم الفرائض کا ایک مسئلہ پوچھ رہے تھے۔

اس ماہ کا دکھی خط

زندگی تو ایک امتحان بن گئی ہے

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

آج سے 3 سال پہلے ہر طرف اللہ کا فضل و کرم تھا۔ کوئی کمی نہ تھی مگر پھر والد صاحب کو چند غلط عادتوں نے ایسا گھیرا کہ آج ہم روٹی بھی مشکل سے کھا رہے ہیں۔ لاکھوں کی جائیداد غلط عادتوں کی وجہ سے دنوں میں اجاڑ دی۔ گھر' کارخانہ' زیورات سب بک گئے اور آج ہم کرائے کے مکان میں رہ رہے ہیں اور کوئی ذریعہ روزگار نہیں ہے۔ والد صاحب کوئی کام نہیں کرتے بلکہ اب بھی جوا پرچی کھیلتے ہیں۔ 2 بھائی شادی شدہ ہے 5 سال سے' وہ بھی صرف بیوی کی مانتے ہیں والدین اور بہنوں کو تو جیسے مکمل طور پر بھول چکے ہیں۔ وہ زیادہ تر اپنے سسرال رہتے ہیں یا کبھی علیحدہ جو کماتے ہیں سسرال والوں کو ہی کھلا دیتے ہیں۔ ہم صرف خدا کے آسرے پر بیٹھے ہیں وہ ہی کوئی نہ کوئی وسیلہ بناتا ہے اور دن گزار رہے ہیں۔ وہ ہی تو مسبب الاسباب ہے اور اب بھی اسی ذات واحد پر کامل یقین رکھتے ہوئے ایک آخری آس کے طور پر آپ کو خط تحریر کیا تھا۔ حکیم صاحب کسی کے پاس تو چھوٹا موٹا کوئی ذریعہ روزگار ہوتا ہے یا مکان ہی اپنا ہوتا ہے مگر ادھر تو دونوں چیزیں ہی نہیں ہیں۔ کچھ زیورات تھے تو اب تک کا وقت کٹ گیا ہے۔ خدا گواہ ہے ایک دو ماہ گزارا کرنے کیلئے کچھ رقم ہے پھر کیا ہوگا۔ ہم کدھر دھکے کھائیں گے کچھ نہیں جانتے۔

حکیم صاحب میں عبقری کی پچھلے چند ماہ سے مستقل قاری ہوں کئی دفعہ پڑھ کر وظائف بھی پڑھتی رہتی ہوں۔ نورانی مراقبہ بھی کرتی ہوں۔ میں کئی ماہ سے نوکری ڈھونڈ رہی ہوں تا کہ کچھ آسرا ہو جائے مگر نجانے کیوں نوکری بھی نہیں ملتی حالانکہ تعلیم بھی ہے' نوکری کی بھی امید بنتی ہے پھر ختم ہو جاتی ہے۔ بھائی تو ایک طرف ہو گئے جائیداد کا اپنا حصہ لیکر ختم کر چکے ہیں۔ ایک مجھ سے بڑی بہن شادی شدہ ہے۔ میں والدین کے ساتھ رہ رہی ہوں۔ والد اور بھائیوں کو احساس ہی نہیں کہ جواں بیٹی کہاں جائے کیا کرے۔ والد اپنے جوئے کی عادت نہیں چھوڑتے ہیں۔ میں اور والدہ پریشانیوں میں دن سے رات کرتے ہیں۔

عزیز و اقارب کے ماشاء اللہ لاکھوں کروڑوں کے کاروبار ہیں اللہ انہیں مزید نوازے (آمین) ہم نے تو مشکل وقت میں کھلے دل سے ان کا ساتھ دیا مگر آج ان شدید مشکل حالات میں کوئی ساتھ دینے پر آمادہ نہیں۔ ایک دو دفعہ ہم نے ایک' دو ہزار مانگا تو کہتے ہیں ہم کیا کریں' اپنی جائیداد کیوں بیچی؟؟؟ جب سگے ماموں اور چچا ساتھ نہ دیں تو دوسرے تو دور کی بات ہے......!!!

میں ایک بیٹی ہوں اور اس وقت جن جذبات اور حالات میں آپ کو خط لکھ رہی ہوں صرف اللہ جانتا ہے۔ میرا کئی بار خودکشی کا ارادہ بنتا ہے مگر ہمیشہ کی سزا اور اس ذات باری تعالیٰ کے احکام ذہن میں آجاتے ہیں کچھ والدہ کا خیال ہاتھ روک لیتا ہے۔

اچھے حالات دیکھنے کے بعد اتنی تنگی آجائے تو بہت مشکل لگتا ہے مگر ہم نے صرف صبر اور سادگی کو اپنایا ہے۔ زندگی تو ایک امتحان بن گئی ہے اور اس امتحان کی کوئی حد نظر نہیں آتی۔ کچھ لوگ کہتے ہیں جادو کے ذریعے آپ کا سب کچھ ختم کیا گیا ہے۔ خدا ہی بہتر جاننے والا ہے۔

والدہ شوگر کی مریضہ ہیں اور اس پر فکر' پریشانی کا ہر لمحہ کا ساتھ ہے۔ والد بھی اندر ہی اندر پچھتاتے تو ہوں گے' پریشان وہ بھی ہیں کہ کیا حالات ہو گئے ہیں۔ والدہ میری فکر کرتی رہتی ہیں۔ وہ ہی تو میرا اس دنیا میں آسرا ہیں۔ سگے ماموں کی اپنی کوٹھی ہے مگر ہمارا بوجھ اٹھانے پر کوئی تیار نہیں ہے۔ والدہ کہتی ہیں میرے بعد تم کہاں جاؤ گی۔ وہ چاہتی ہیں میری شادی ہو جائے مگر جب والد اور بھائی کو ہی احساس نہیں اور کوئی ذریعہ ہی نہیں' روٹی کھانی مشکل ہو تو شادی ناممکن سی بات لگتی ہے۔

میرا کوئی شادی کا ارادہ نہیں بلکہ میں تو چاہتی ہوں کوئی نوکری کر کے ان کا سہارا بن جاؤں۔ میں اور والدہ الحمدللہ نماز' قرآن کی پابندی کرتے ہیں۔ درود پاک بھی پڑھتے ہیں۔ حکیم صاحب حالات کی گردش کیا موڑ لے آئے کچھ پتہ نہیں' کرائے کے گھر کا کیا بھروسہ کوئی کب خالی کرا لے۔ آپ کو خدا نے جو دردمندی کا احساس دیا ہے اور جس طرح آپ دوسروں کے مسائل حل کر رہے ہیں اس کا اجر تو خدا ہی دینے والا ہے ہم تو صرف دعاؤں میں آپ کو یاد رکھتے ہیں۔ ہمارے لیے روحانی محفل میں بھی خاص طور پر دعا کرائیے گا اور اپنی دعاؤں میں شامل کرلیں۔ کیا پتہ آپ کی دعا سے ہماری ڈوبتی کشتی کنارے آلگے۔ میں مایوس نہیں ہوں لیکن جب آئندہ کی سوچوں تو خودکشی کے سوا کوئی راستہ نہیں کیونکہ میں نہ دوسروں سے سڑک پر مانگ سکتی ہوں نہ غلط ذرائع سے کما سکتی ہوں۔ حالات اس قدر رُلانے والے ہیں کہ عبادت میں بھی توجہ و یکسوئی ختم ہوتی جا رہی ہے۔ میں تو خود اس طرح جیسے ذہنی مریضہ بنتی جا رہی ہوں۔ میں تو گھر میں پردے میں رہ کر باعزت زندگی اور خدا کے قرب کی طلب گار ہوں مگر حالات باہر جانے پر بھی مجبور کرتے ہیں اور راستے مشکل ہوتے جا رہے ہیں۔

نہ گھر میں سکون ہے نہ معاشرے میں اور نہ والد نے عزت چھوڑی ہے' ہر طرف مسائل ہی مسائل ہیں۔ مجھے کسی دارالامان کا بھی پتہ نہیں کہ جب گزارا مشکل ہو جائے وہاں پر والدہ کے ساتھ چلی جاؤں۔ حکیم صاحب میں دل سے نہ تو کسی دارالامان جانا چاہتی ہوں نہ خودکشی کرنا چاہتی ہوں۔ حکیم صاحب جب میں دل کی صاف ہوں تو پھر ہر طرف سے اتنے مسائل میں کیوں ہوں؟ کیوں مجھے جینے کا بھی آسرا نہیں مل رہا؟ کیوں میں ہر وقت گردش دوراں سے پریشان ہوں؟ کسی نے مجھ پر جادو کیا ہے یا میں نے کوئی ایسی غلطی کر دی ہے جس کی یہ سزا ہے؟ ایک باعزت زندگی کی تلاش میں یہ خط میرا آخری سہارا ہے اور اسی کے جواب کا انتظار رہے گا۔ دعا کیجئے گا کہ خدا بہتر کرے۔

(قارئین! ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

روحانی پھکی سے شوگر کنٹرول ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آپ کا رسالہ ماہنامہ عبقری پڑھا بہت اچھا لگا۔ اللہ آپ کو سدا بہار صحت و تندرستی عطا کرے اور آپ یونہی لوگوں کی خدمت کرتے رہیں۔ **حکیم صاحب!** میں اور میری بیوی شوگر کے دائمی مریض ہیں ہم نے ہر جگہ سے علاج کروایا مگر ہمیشہ مایوسی ہی ہوتی تھی۔ پھر ایک دفعہ ہم نے آپ کی روحانی پھکی استعمال کی اور اب بھی کر رہے ہیں۔ روحانی پھکی سے ہم کافی آرام محسوس کرتے ہیں۔ جب سے روحانی پھکی استعمال کرنا شروع کی ہے شوگر کنٹرول ہے۔ **(میاں حنیف)**

''لکڑ ہضم پتھر ہضم'' حقیقت میں ممکن

ہمارے معالجین نسخہ لکھتے وقت دواء کے ساتھ دعا کا بھی اہتمام کریں۔ مریض کے ساتھ پیار و محبت سے پیش آئیں کسی طمع کے بغیر نیک نیتی کے ساتھ مریض کا علاج کریں تو اللہ تعالیٰ ضرور شفاء دے گا۔ مریض کی دیکھ بھال اور اس کی عیادت بھی نیکی میں شمار ہوتی ہے

معدے کی ہر قسم کی تکلیف سے نجات

(نسرین غیاث' بہاولنگر)

یہ تقریباً 1977ء کا واقعہ ہے اس وقت میں ایف' اے کی طالبہ تھی والد صاحب اوکاڑہ فلور ملز میں اوورسیئر تھے' عزیزوں میں ایک شادی تھی' وہاں ہم بھی شامل تھے کھانے میں کوئی خرابی تھی' اکثر لوگ ڈائیریا کا شکار ہوئے' مجھے بھی معدے میں پرابلم ہوا جو رفتہ رفتہ سنگین صورت اختیار کر گیا۔ والد صاحب کبھی ایک ڈاکٹر اور کبھی دوسرے ڈاکٹر کے پاس مجھے لیکر جاتے۔ اوکاڑہ کے نامی گرامی ڈاکٹر سے علاج ہوا لیکن افاقہ نہ ہوا۔ پھر لاہور حکیموں کا علاج' پھر لاہور کے بڑے ہسپتالوں سے چیک اپ کروایا لیکن مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔ زندگی امید اور ناامیدی کی ناؤ میں ڈگمگا رہی تھی' مایوسی بڑھتی جارہی تھی' شفا تو کاتب تقدیر کے حکم سے ہونا تھی۔ والد صاحب سے کسی دوست نے ایک حکیم کا ذکر کیا جو رینالہ خورد میں مقیم تھے ہم وہاں چلے گئے۔

حکیم صاحب نے کافی انٹرویو کے بعد ایک پھکی دی صبح شام کھانے کے بعد لینے کو کہا۔ قدرت نے شفاء اس میں لکھ دی۔ ایک ہفتہ کھانے سے مجھے کافی حد تک افاقہ ہوا۔ دوبارہ حکیم صاحب کے پاس گئے انہوں نے علاج جاری رکھنے کا مشورہ دیا۔ والد صاحب نے اپنی مصروفیت کا حوالہ دیا تو بعد از اصرار حکیم صاحب نے نسخہ دینے پر آمادگی کا اظہار کیا۔ اس وقت حکیم صاحب ساٹھ کے لگ بھگ تھے۔ میرے والد صاحب بھی اسی عمر کے تھے۔ اس وقت دونوں حیات نہیں ہیں لیکن اس نسخہ سے ہم فیض یاب ہو رہے ہیں۔ اب میری عمر بھی کم نہیں ہے سوچا یہ نسخہ ڈائری یا سینے میں ہی محفوظ رہے اور میرے بعد ساتھ ہی دفن ہو جائے کیوں نا اسے فیض عام کیا جائے۔ بہت ارزاں اور خوش ذائقہ چورن ہے۔ اسے آپ بیتی کے صفحات میں جگہ دیں یا لکڑ ہضم پتھر ہضم کا موضوع دیں۔ مشکور ہونگی۔ نسخہ یہ ہے:۔

ھوالشافی: نوشادر' لاہوری نمک' مرچ سیاہ' اجوائن دیسی' سونف' گلرخ' زیرہ سفید' پودینہ' الائچی کلاں' نمک خوردنی' الائچی خورد' نمک سیاہ تمام چیزیں دو تولہ اور ست لیموں ایک تولہ لے کر ان تمام اشیاء کو باریک پیس لیں۔ پودینہ اور گلرخ آپ گھر میں بھی سکھا سکتے ہیں۔ کھانے کے بعد چائے کا چمچ ایک عدد ہمراہ پانی کھائیں ہمیشہ کیلئے معدے کی تکلیف سے محفوظ رہیں۔ اس انمول تحفہ سے فائدہ ضرور اٹھائیں۔

ھوالشافی لکھنے کے اثرات

(حبیب اشرف صبوحی)

مسیح الملک حکیم محمد اجمل خاں ایک بے بدل عالم' عظیم طبیب' سیاسی تحریکوں کے بہترین مزاج داں اور قوم کے بے حد دردمند رہنما تھے۔ آپ نے صرف پندرہ سال کی عمر میں حفظ قرآن کی تکمیل کی۔ آپ کی زندگی کا مشہور واقعہ ہے کہ ایک روز ایک دیہاتی کسی دور دراز گاؤں سے علاج کی غرض سے آپ کے پاس آیا۔ اس کو دمہ کی شکایت تھی۔ آپ نے اس کی نبض دیکھی اس کے جسم کا معائنہ کیا۔ کیفیت معلوم کی اور ایک نسخہ لکھ دیا اور دیہاتی کو دے دیا کہ اس کو استعمال کر کے ایک ماہ بعد آنا۔ جب اس دیہاتی نے وہ نسخہ دیکھا تو بہت مایوس ہوا۔ حکیم صاحب سے کہنے لگا کہ میں اتنے میلوں کا سفر کر کے آیا ہوں۔ سوچا تھا کہ آپ کوئی اچھا سا نسخہ تجویز کریں گے۔ آپ نے وہی نسخہ لکھا ہے جو میرے گاؤں کے حکیم نے لکھا تھا اور اپنی گٹھڑی میں سے وہ نسخہ نکال کر دکھایا۔ حکیم صاحب نے وہ نسخہ دیکھا اور کہا کہ میرے نسخے اور اس کے نسخے کے لکھنے میں بہت فرق ہے تم اس کو استعمال کرو اور ایک ماہ بعد آ کر مجھے بتانا چنانچہ وہ دیہاتی چلا گیا۔

ایک ماہ بعد وہ دیہاتی آیا تو وہ بالکل تندرست تھا اس نے حکیم صاحب کا شکریہ ادا کیا اور پوچھا کہ آپ کے لکھنے اور گاؤں کے حکیم کے لکھنے میں کیا فرق تھا کہ اس کے نسخہ سے مجھے آرام نہیں آیا اور آپ کے لکھے نسخے سے مجھے آرام آ گیا۔

حکیم صاحب نے کہا کہ جب میں نے اس کا نسخہ دیکھا تو اس نے نسخے پر ''ھوالشافی'' (شفاء دینے والی اللہ کی ذات ہے) نہیں لکھا تھا دوسرے جتنی دیر میں تمہاری نبض اور تمہارا معائنہ کرتا رہا میں درود شریف پڑھتا رہا اور رات تہجد کے وقت میں تمہارے لیے اور تمام مریضوں کیلئے صحت کاملہ کی دعائیں کرتا رہا اور اللہ تعالیٰ پر میرا یقین کامل اور ایمان ہوتا ہے کہ شفاء اسی نے دینی ہے میرا کوئی وصف نہیں ہے۔ ہمارے معالجین نسخہ لکھتے وقت دواء کے ساتھ دعا کا بھی اہتمام کریں۔ مریض کے ساتھ پیار و محبت سے پیش آئیں کسی طمع کے بغیر نیک نیتی کے ساتھ مریض کا علاج کریں تو اللہ تعالیٰ ضرور شفاء دے گا۔

مریض کی دیکھ بھال اور اس کی عیادت بھی نیکی میں شمار ہوتی ہے۔ اس بارے میں ایک حدیث شریف ہے ''مریض کی دعا فرشتوں جیسی ہوتی ہے۔''

حکیم محمد سعید جب وزیر صحت بنے تو انہوں نے ایک نوٹیفکیشن کے ذریعے تمام معالجین کو یہ ہدایت کی نسخہ لکھتے وقت سب سے پہلے ''ھوالشافی'' ضرور لکھیں اس جذبہ کو فروغ دینے کیلئے انہوں نے پیپر ویٹ' بال پوائنٹ' کیلنڈر اور روزمرہ کی استعمال اشیاء پر ''ھوالشافی'' لکھ کر معالجین میں تقسیم کروائیں تا کہ وہ اس کی اہمیت سے روشناس ہوں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد کٓهٰیٰعٓصٓ. حٰمٓ عٓسٓقٓ ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہو گی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ عبقری بہت ہی زبردست ہے۔ آپ کے رسالے کے سارے ہی مضمون بہت زبردست ہیں لیکن مراقبے والے کالم سے ہمارے گھر میں خوشیاں لوٹ آئی ہیں۔ **محترم حکیم صاحب!** میری شادی کے پہلے سال اللہ نے مجھے بیٹا عطا کیا لیکن وہ تھوڑی دیر بعد وفات پا گیا۔ پھر دوبارہ اللہ نے مجھے بیٹا عطا کیا لیکن وہ بھی وفات پا گیا۔ اب کی بار ہم بہت زیادہ ڈر رہے تھے۔ میں نے عبقری میں پڑھ کر مراقبہ کا عمل شروع کیا اور مراقبے کے دوران اور بعد اللہ سے رو رو کر دعا کی۔ اب کی بار اللہ نے کرم کیا اور اللہ نے مجھے چاند سا بیٹا عطا کیا اور الحمدللہ وہ بالکل صحت یاب ہے اور اب وہ چھ ماہ کا ہو چکا ہے۔ **محترم حکیم صاحب!** یہ سب مراقبے کا عمل ہی ہے کہ ہمارے گھر میں خوشیاں لوٹ آئی ہیں۔ اب مجھے کوئی بھی مشکل پیش ہو میں مراقبے کا عمل کرتا ہوں وہ مشکل ٹل جاتی ہے۔ **(زین خان' سکھر)**

ایم صادق کاکڑ' بلوچستان

ترغیب (سجیشن) اور اس کے حیران کن اثرات

معدے کے 95 فیصد امراض کے پیچھے ذہن کی قوت کارفرما ہے اور ذہن صرف اور صرف منفی ترغیب کے زیر اثر آ کر ہمیں بیمار کردیتا ہے۔ یہ بات تحقیق سے ثابت ہوچکی ہے کہ ذہن کو جسم پر برتری حاصل ہے اگر آپ کا ذہن متاثر نہ ہوجائے

اگر میں کہوں کہ آپ بغیر دوا کے صحت یاب ہوسکتے ہو' پانی پیئے بغیر پیاس بجھا سکتے ہو' کھانا کھائے بغیر بھوک مٹا سکتے ہو' جون جولائی کی گرمی میں عین زوال کے وقت دھوپ میں بیٹھ کر سردی سے کانپ سکتے ہو اور دسمبر جنوری کے دانت بجانے والی سردی میں پسینے سے شرابور ہوسکتے ہو تو کیا آپ یقین کرو گے؟ اگر آپ ترغیب (سجیشن) اور اس کے اثرات سے ناواقف ہوں تو یقیناً آپ کا جواب ''نا'' میں ہوگا لیکن یہ حقیقت ہے کہ آپ کے ترغیب اور سجیشن میں یہ اثرات پوشیدہ ہیں اگر میں کہوں کہ انسان کی بیشتر امراض صرف اور صرف منفی سجیشن کی پیداوار ہے تو کون یقین کریگا۔

کتنے ایسے امراض جن کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں جن کا کوئی وجود نہیں لیکن منفی ترغیب کی بدولت ہم انہیں محسوس کرتے ہیں۔ مثلاً الرجی' کتنے لوگ ایسے ہیں جنہوں نے اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی نعمتیں خود پر حرام کی ہوئی ہیں' اگر میں یہ چیز کھالوں تو مجھے یہ ہوسکتا ہے' وہ ہوسکتا ہے' کتنے لوگ ایسے ہیں کہ بہار جیسا خوبصورت اور دلکش موسم اپنے لیے قیامت بنالیتے ہیں' ایسے لوگ ہیں جو موسم بہار میں بیماریوں میں مبتلا ہوجاتے ہیں اور موسم گزرتے ہی ٹھیک ہوجاتے ہیں تو قارئین کرام یہ صرف اور صرف ترغیب کی قوت ہے ہم جو کچھ کہتے ہیں ان کا اثر ہماری زندگی پر ہوتا ہے یہ کہنا جتنا یقین کے ساتھ ہوگا اثر اتنا ہی شدت سے ہوگا۔ اسی لیے اسلام میں بیماری اور تنگدستی کا چرچا منع ہے۔ آپ نے مشاہدہ کیا ہوگا کہ جو لوگ تنگدستی اور غربت کا جتنا شکوہ کرتے ہیں اتنا ہی تنگدست ہوتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ سے نیک امیدیں رکھو' بس یہی کہتے رہو ''حسبی اللہ و نعم الوکیل'' ایک مسلمان جب یقین کے ساتھ کہتا ہے کہ میرے لیے میرا رب ہی کافی ہے' میری تمام مشکلیں میرا مالک حل کردے گا تو یقین کریں کہ وہ خود کو ہزار ہا نفسیاتی پریشانیوں سے بچالیتا ہے۔

ایک نہ ایک دن اس انسان کی تمام مشکلیں حل ہوجائیں گی کیونکہ اللہ تعالیٰ گمان کے مطابق فیصلہ کرتا ہے اگر آپ ترغیب کی قوت جاننا چاہتے ہیں اور اسے استعمال کرنا چاہتے ہیں تو سب سے پہلے یہ جان لیجئے کہ ترغیب سے اثر کیسے کیا جاتا ہے۔ ترغیب ہر اس بات کو کہتے ہیں جو ہمیں کسی کام پر اکسائے یا بیزار کرے۔ ہم خود کچھ کہہ دیں یا کوئی اور کہہ دے تو یہ ہم پر اثر کرجاتا ہے اور ہپناٹزم کا سارا دارومدار ترغیب ہی پر ہے ایک ہپناٹسٹ معمول کو غنودگی کی حالت میں لا کر صرف اور ترغیب اور اس ترغیب کی بدولت معمول کی پریشانیاں بیماریاں اور بری عادات ختم کرتا ہے۔

کیونکہ ترغیب کا اثر ذہن پر ہوتا ہے اور ہمارے سارے جسم پر ذہن کی بادشاہت ہوتی ہے جب ذہن کسی بات سے متاثر ہوتا ہے تو اس کا اثر جسم پر ہونا یقینی بات ہے۔

معدے کے 95 فیصد امراض کے پیچھے ذہن کی قوت کارفرما ہے اور ذہن صرف اور صرف منفی ترغیب کے زیر اثر آ کر ہمیں بیمار کردیتا ہے۔ یہ بات تحقیق سے ثابت ہوچکی ہے کہ ذہن کو جسم پر برتری حاصل ہے اگر آپ کا ذہن متاثر نہ ہوجائے تو آپ بڑے سے بڑے امراض کو بخوبی جھیل سکتے ہیں لیکن آپ کا ذہن بیمار ہے تو کوئی بیماری نہ ہونے کے باوجود آپ بیمار ہونگے تو اس سے ثابت ہوا کہ ذہن کو جسم پر برتری حاصل ہے۔

تو آیئے جسم کو بیماریوں سے بچائیں صرف اور صرف ذہن کی قوت سے اور ذہن کی قوت ترغیب سے اور خود کو ترغیب دینے کا طریقہ ذہن نشین کیجئے۔

آپ کو کسی چیز سے الرجی ہے اور برسہا برس بیت گئے کہ وہ چیز آپ نے نہیں کھائی اب وہ چیز سامنے رکھو اور آنکھیں بند کرکے دس پندرہ منٹ یہ کہتے رہو کہ مجھے یہ چیز کھانے سے کوئی شکایت نہیں ہوگی اس چیز میں کوئی نقصان نہیں ہے۔ نقصان صرف اور صرف میرے ذہن کی قوت سے ہوتا ہے۔ آج اور آج کے بعد جب میں یہ چیز کھاؤں گا تو مجھے کوئی تکلیف نہیں ہوگی۔ اب بسم اللہ کہہ کر یہ چیز کھائیں اور دوستوں سے بھی تذکرہ کریں کہ مجھے فلاں چیز کھانے سے اب کوئی تکلیف نہیں ہوتی۔

بس اس مثال کو سامنے رکھ کر آپ اپنی عقل سے مزید کاموں میں ترغیب کی قوت کو استعمال کریں۔ ایک اور مثال پیش خدمت ہے کہ اگر آپ کسی بری عادت میں مبتلا ہیں اس عادت پر غالب آنے کیلئے آپ کا ارادہ ساتھ نہیں دے سکتا تو رات کو سوتے وقت دس پندرہ منٹ یہ فقرہ یقین کے ساتھ استعمال کرتے رہیں ''میں اپنی فلاں بری عادت پر غالب آ گیا'' اور یہ تصور بھی کرتے رہو کہ آپ کو اس عادت سے نجات ملے گی ذرا آزما کر دیکھئے۔

ایک اور مثال: کوئی کام آپ کرنا چاہتے ہو لیکن وہ کام آپ کیلئے مشکل ہے تو آپ اپنے کمرے میں کسی ایسی جگہ جہاں آپ کی نظر ہر وقت ہو خوبصورت لکھیں ''میرے لیے فلاں کام اب آسان ہوگا میں بہت جلد اس کام کو شروع کرکے کامیاب ہوجاؤں گا'' بار بار یقین یکسوئی اور توجہ کے ساتھ پڑھتے رہو دیکھئے کیسے اثر کرجاتا ہے۔ انشاء اللہ۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔ الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔ اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔ اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔ تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔ حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔ بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار رہوں گے۔ **(ادارہ)**

نوٹ: بعض قارئین اخبارات ورسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ ایسا ہرگز نہ کریں۔ ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

شیخ عبدلذیشان' لاہور۔ نصیر احمد' ایبٹ آباد۔ ایم محمد رمضان نیازی' رحیم یار خان۔ ڈاکٹر زاہد الحق قریشی۔ محمد عرفان' لاہور۔ صغیر احمد خان ایڈووکیٹ' لاہور۔ پرنسپل غلام قادر ہراج' جھنگ۔ فرحت' لاہور۔ بنت جمشید چغتائی۔ ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک۔ ملیحہ حمون۔ حکیم الطاف حسین' ملتان۔ ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ ایم آر مروت۔ سید نور عالم شاہ' شوکی شریف۔ محمد بابر علی سکھیرا' ملتان۔

(حکیم آفتاب احمد)

اب خواب آپ کو ڈرائیں گے نہیں

کابوس کو انگریزی میں نائٹ میئر اور اردو میں خواب میں ڈرنا یا خواب میں گلا گھٹنا سے موسوم کرتے ہیں۔اس مرض میں مریض کو نیند میں خوفناک خواب آتے ہیں اور اس کو محسوس ہوتا ہے کہ کوئی چیز اس کے سینے پر بیٹھ کر اس کا گلا گھونٹ رہی ہے۔

عزیز کو عجیب عارضہ لاحق ہوا۔ وہ نصف شب کے قریب خوفناک خواب دیکھتا۔اسے محسوس ہوتا کہ کوئی بھاری اور خوفناک انسانی شکل اس کے سینے پر سوار ہے۔اس کا گلا دبا رہا ہے اور سانس رک گیا ہے اور خوف کی وجہ سے وہ بول بھی نہیں سکتا۔ اس حالت میں بیدار ہوتا تو اس پر خوف طاری ہوتا جسم میں دہشت کی وجہ سے کپکپی ہوتی۔ رات وہ اکیلا ہونے سے ڈرتا۔عزیز کے خاندان کے افراد بیحد پریشان ہوئے کیونکہ عزیز دلیر جوان تھا۔بعض عزیزوں کا خیال تھا کہ آسیب یا جن کا سایہ ہے مگر معالجوں نے اسے مرض قرار دیا۔

ایک حاذق معالج نے کابوس تشخیص کیا۔علاج کیا گیا اور عزیز صحت یاب ہوگیا۔کابوس کو انگریزی میں نائٹ میئر اور اردو میں خواب میں ڈرنا یا خواب میں گلا گھٹنا سے موسوم کرتے ہیں۔اس مرض میں مریض کو نیند میں خوفناک خواب آتے ہیں اور اس کو محسوس ہوتا ہے کہ کوئی چیز اس کے سینے پر بیٹھ کر اس کا گلا گھونٹ رہی ہے۔کبھی بیداری کی حالت میں بھی یہی کیفیت محسوس ہوتی ہے۔مریض اسے جن یا آسیب کا نتیجہ قرار دیتا ہے حالانکہ یہ ایک مرض ہے جن یا آسیب کا اس سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

مریض کی قوت خیال کسی فرضی جن یا آسیب کی تخلیق کرتی ہے۔علاج کرنے سے مریض صحت یاب ہوجاتا ہے۔

اسباب

یہ مرض معدہ اور دماغ کی کمزوری سے ہوتا ہے۔ غلیظ بخارات معدے سے دماغ کا رخ کرتے ہیں اور دماغ کمزور ہوجاتا ہے۔بعض اوقات زیادہ سردی' رنج و الم پریشانی سے بھی یہ مرض نمودار ہوتا ہے۔ پیٹ کے کیڑے بھی اس مرض کا سبب بنتے ہیں۔ زندگی کے بعض ناخوشگوار واقعات تحت الشعور یا لاشعور میں پوشیدہ ہوجاتے ہیں۔ یہ واقعات خواب کی حالت میں ابھر کر شعور میں آتے ہیں اور اس طرح انسان کو خوفزدہ کرتے ہیں۔

علاج

اس مرض میں مریض کو غم و فکر سے آزاد رکھیں ہوادار کمرے میں سلائیں۔مریض کو دائیں یا بائیں پہلو پر سونا چاہیے۔ قبض اور بدہضمی نہ ہونے دیں۔شام کا کھانا سونے سے تین چار گھنٹے پہلے کھلائیں۔رات کا کھانا ہلکا ہو اور بھوک سے کم کھائیں۔مریض کے پاخانہ کا معائنہ کسی لیبارٹری سے کرائیں۔ اس میں کیڑے ہوں تو ان کا علاج کرائیں۔اس مرض کا باقاعدہ علاج تو کسی حاذق معالج سے کرانا چاہیے۔ اس مرض میں ماء الجبن مفید ہے۔ تقویت دماغ کیلئے خمیرہ گاؤزبان عنبری چھ ماشہ۔سوتے وقت ہریڑ کا مربہ ایک عدد کھائیں۔معدہ کی اصلاح کیلئے جوہر شفاء مدینہ کھائیں۔سکون افزاء چند ماہ استعمال کریں۔ساتھ روحانی پھکی کا استعمال بھی باقاعدگی سے جاری رکھیں۔

غذا اور پرہیز

اس مرض میں غذا اور پرہیز کی جانب خاص توجہ کرنی چاہیے۔ غذا میں چپاتی' بکری کے گوشت کا شوربا' ارہر یا مونگ کی دال' مرغ' تیتر اور بٹیر کا بھنا ہوا گوشت' پودینہ کی چٹنی' ادرک کا مربہ' شلغم' چقندر یا پالک وغیرہ ہیں۔

مریض کو آلو' گوبھی' بینگن' مٹر' اروی' ماش کی دال تلی ہوئی غذائیں' گائے کا گوشت' پوری' کچوری' حلوہ اور مٹھائی سے پرہیز کرائیں۔

وظیفہ کایا پلٹ

حکیم صاحب السلام علیکم! ایک اللہ والے نے چند سال قبل یہ وظیفہ مجھے عنایت فرمایا تھا جس کے استعمال سے ہر اجڑے ہوئے کی حالت سدھر جائیگی اور وہ لوگ جو سونے میں ہاتھ ڈالتے ہیں مٹی ہوجاتی ہے اور ہر طرف ٹھوکریں انکا نصیب بن جاتی ہیں ان کی تقدیریں بدل جائیگی۔

اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ رَبِّیْ مِنْ کُلِّ ذَنْبٍ وَّاَتُوْبُ اِلَیْهِ اللّٰهُ شَافِیُ اللّٰهُ کَافِیُ.

مقصد پورا ہونے تک ایک تسبیح ہر نماز کے بعد اول و آخر 5 مرتبہ درود شریف۔ روزی میں برکت کیلئے 501 مرتبہ فجر کی نماز کے بعد۔ (غلام مرتضیٰ' پنوعاقل)

عبقری آپ کے شہر میں

کینسر' فالج' بواسیر اور تنگی رزق کا درود

ع۔م۔چوہدری

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرم ﷺ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے بیمار کی صحت یابی کیلئے دعا کرے تو اللہ تعالیٰ بحرمت رسول اکرم ﷺ دعا قبول فرمائے گا۔

درود دعا و دوا

حضرت علامہ ابن المشتہر رحمۃ اللہ علیہ سے روایت ہے کہ جو شخص چاہتا ہو اللہ تعالیٰ کی ایسی تعریف کروں کہ جیسی اب تک کسی نے نہ کی ہو اور ایسی حمد وثناء بیان کروں کہ جو آج تک کوئی نہ کرسکا ہو اور اس کے ساتھ افضل ترین درود بھی پڑھنا مقصود ہو تو یہ پڑھے:

اَللّٰھُمَّ لَکَ الْحَمْدُ کَمَا اَنْتَ اَھْلُہٗ فَصَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ کَمَا اَنْتَ اَھْلُہٗ وَافْعَلْ بِنَا مَآ اَنْتَ اَھْلُہٗ فَاِنَّکَ اَنْتَ اَھْلُ التَّقْوٰی وَاَھْلُ الْمَغْفِرَۃِ

درود عالی قدر

حضرت امام یوسف نبہانی رحمۃ اللہ علیہ' حضرت احمد دحلان رحمۃ اللہ علیہ' حضرت امام جلال الدین سیوطی رحمۃ اللہ علیہ اور حضرت عثمان الدمیاطی رحمۃ اللہ علیہ جیسے بزرگان دین اس درود شریف کی شان میں رطب اللسان ہیں اور اس درود پاک کی تعریف میں کتابیں لکھ دی ہیں۔

یہ درود شریف ہر مصیبت' ہر مشکل' ہر بیماری ہر پریشانی اور دینی امور میں فتح و نصرت کی چابی ہے۔ ہر نماز کے بعد اس کے ورد سے ہر کام میں کامیابی ہوتی ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ۔

درود شریف:۔ **اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الْحَبِیْبِ عَالِی الْقَدْرِ عَظِیْمِ الْجَاہِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلِّمْ**

درود دیدار

(ستر ہزار نیکیاں ستر ہزار دن)

''مزرع الحسنات میں درج ہے کہ اگر کوئی شخص اس درود شریف کو پڑھے تو ستر ہزار فرشتے ایک ہزار دن تک اس شخص کے نامہ اعمال میں نیکیاں لکھتے رہتے ہیں۔''

پہلی امتوں کی عمریں ہزار ہزار سال ہوتی تھیں اس لیے وہ عبادت بھی زیادہ کرتے تھے۔ اللہ تعالیٰ نے حضور ﷺ کی امت کی عمریں تو کم کردیں لیکن عبادات کا ثواب ہزار گنا کردیا۔ جذب القلوب میں لکھا ہے کہ ''جو شخص محبت اور پاکیزگی کے ساتھ ہمیشہ پڑھے گا وہ دیدار نبی پاک ﷺ سے مشرف ہوگا۔''

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ کَمَا تُحِبُّ وَتَرْضٰی لَہٗ

درود اول و آخر

جو مسلمان تمام عمر خدا کو بھولا رہا اور اس کے شب و روز فسق و فجور' بے نمازی' جوا' شراب' بداعمالی' کاروبار میں بدنیتی اور کثرت گناہ میں بسر ہوئے ہوں اور اب اسے آخرت کا خیال آجائے' قبر' موت' حشر اور عذاب کا خوف دامن گیر ہو تو یہ درود پاک کثرت سے پڑھنا شروع کرے خصوصاً ہر نماز کے بعد۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس کے تمام گناہ اور سیاہ اعمال صاف کردیئے جائیں گے۔ علاوہ ازیں اگر کوئی ظالم تنگ کرتا ہو تو سات جمعہ بعد از نماز جمعہ گیارہ مرتبہ پڑھنے سے وہ شخص دشمنی اور ایذا رسانی سے باز آجائے گا۔

صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی حَبِیْبِہٖ اَکْرَمُ الْاَوَّلِیْنَ وَالْاٰخِرِیْنَ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ.

کینسر' فالج' بواسیر اور تنگی رزق وغیرہ

مایوس اور لاعلاج مریض کیلئے وہ خود یا کوئی اور شخص ایک ہزار مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ اسی روز آرام ہوگا۔ مستقل شفاء کیلئے پڑھتے رہیں جب تک مکمل آرام نہ ہوجائے۔ پیچیدہ امراض کیلئے یہ درود شریف بہت مفید ثابت ہوا ہے مثال کے طور پر کینسر' ہر قسم کا پھوڑا' فالج' غدود' پتھری' دائمی دردِ سر اور بواسیر کے علاوہ تمام جسمانی و روحانی بیماریوں کیلئے اس کا کثرت سے ورد کرنا مجرب ہے۔ ناجائز مقدمات سے نجات کیلئے اس درود شریف کو صبح نماز کے بعد ایک سو مرتبہ پڑھیں اور اسی طرح نمازِ عشاء کے بعد بھی' انشاء اللہ مشکل سے مشکل مقدمہ آپ کے حق میں ہوگا۔

تمام برے کاموں سے نجات پانے کیلئے اس درود شریف کو کثرت سے پڑھیں' یا کسی سے طاق اعداد میں پانی پر دم کرا کر پی لیں انشاء اللہ تمام برے کاموں سے نجات مل جائے گی۔ قرض کی ادائیگی اور تنگی رزق سے نجات پانے کیلئے صبح کی نماز کے بعد جتنا ہوسکے پڑھیں۔ کم از کم سو مرتبہ ضرور پڑھیں شرط یہ ہے کہ پہلے دن جتنا پڑھیں آئندہ بھی اتنی ہی تعداد میں پڑھتے رہیں۔ چند دنوں میں اس درود شریف کی برکت سے آپ مالا مال ہوجائیں گے۔ انشاء اللہ۔ درودِ پاک یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ اِنِّیْ مَغْلُوْبٌ فَانْتَصِرْ یَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِیْن

سخت بیماری میں

اگر کسی شدید قسم کی بیماری میں مبتلا مریض کے سرہانے اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھا جائے اور اس کے بعد نبی اکرم ﷺ کے واسطہ سے اللہ تعالیٰ سے بیمار کی صحت یابی کیلئے دعا کرے تو اللہ تعالیٰ بحرمت رسول اکرم ﷺ دعا قبول فرمائے گا۔

اگر کوئی اس درود پاک کا ورد ہر نماز کے بعد رکھے گا وہ ذلت سے نکل کر عظمت میں آجائے گا اگر کسی حاکم یا کسی افسر کے پاس جائے گا تو وہ عزت کرے گا۔ درود شریف یہ ہے:

اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی حَبِیْبِکَ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ.

درود چودہ ہزاری

اگر کوئی شخص چاہے کہ کم از کم وقت میں زیادہ سے زیادہ ثواب حاصل کرلے تو اس درود شریف کو پڑھے جس کے ایک مرتبہ پڑھنے سے' پڑھنے والے کو اللہ تعالیٰ چودہ ہزار درودوں کا ثواب عطا فرماتے ہیں۔ حضرت سید احمد انصاوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ''یہ درود شریف مکمل درود اور طریقت والوں کا درود ہے'' اہل طریقت کے وظائف میں سے ہے کہ وہ ہر نماز کے بعد اس کو برابر پڑھتے ہیں۔ اس کا ثواب بے انتہا ہے۔ حضرت شیخ عبدالباقی رحمۃ اللہ علیہ سے روایت ہے کہ ''اس درود شریف کا ثواب بے حساب ہے۔''

آپ نے فرمایا: ''اس درود شریف کو صرف ایک مرتبہ پڑھنے سے چودہ ہزار درودوں کا ثواب حاصل ہوتا ہے۔

درود شریف یہ ہے:۔ **اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِہٖ عَدَدَ کَمَالِ اللّٰہِ وَکَمَایَلِیْقُ بِکَمَالِہٖ**

پہاڑ جیسا قرض اتارنے کا عمل

جو شخص ظہر کی نماز کے بعد سو مرتبہ یہ درود شریف پڑھے گا اللہ تعالیٰ اسے ہر قسم کے قرض سے خواہ وہ کتنا بھی ہو اور کیسا بھی ہو اسے نجات دے دیتے ہیں۔ لوگوں کا یہ عمل آزمودہ ہے۔

درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَّ اٰلِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ

(ایک بندہ خدا' واہ کینٹ)

(بقیہ: رمضان میں برکت والی تھیلی سے مالدار بنیں)

دکانیں پھر شروع ہوگئیں۔ گھر کی توڑ پھوڑ کے کام کروانے تھے وہ میں نے کروالیے اس پر بہت خرچ ہوا میری ایک موٹر سائیکل خراب کھڑی تھی' اس پر بہت زیادہ کام ہونا تھا' اس کا بڑا خرچ تھا وہ میں نے بہت بہترین بنوالی۔ قارئین! اس کی ایک لسٹ تھی جو کہتا چلا گیا۔ اس رمضان المبارک میں تھیلی اور عمل کی برکت سے یہ کام ہوا' یہ کام ہوا' یہ کام ہوا' اور اس کے کام ہوتے چلے گئے' ہوتے چلے گئے' ہوتے چلے گئے۔ امریکہ سے ایک صاحب میرے پاس آئے اور کہنے لگے لوگ تو مجھے ڈالروں کے ملک کا بادشاہ سمجھتے ہیں لیکن وہاں کے رزق کی بے برکتی مجھے کھا گئی ہے۔ پاکستان سے اپنا سب کچھ بیچ کر میں وہاں سیٹل ہوا آج مجھے 22 سال ہوگئے ہیں لیکن قرضے کے نیچے دبا ہوا ہوں بہت سی قسطیں ادا کرنی ہیں پاکستان میں بہت سے لوگوں کو میں نے دینا ہے۔ گھر والوں کی ضروریات پوری نہیں کرسکتا' تین تین شفٹوں میں کام کرتا ہوں۔ بیوی کام کرتی ہے' بچے کام کرتے ہیں تب جاکے گھر کے اخراجات پورے ہوتے ہیں۔ لیکن پھر ویسے کے ویسے' مہینے کے آخری دن بڑی مشکل سے گزرتے ہیں۔ حالات ناسازگار ہیں۔ ابھی میں گیارہ سال بعد پاکستان آیا ہوں' ٹکٹ کے پیسے نہیں تھے دن رات مشکلات پریشانیوں میں گزر رہے ہیں' ہر وقت مسائل مشکلات' ہر وقت الجھنیں ہیں' ڈراؤنے خواب بعض اوقات مجھے چیخنے پر مجبور کردیتے ہیں میں زندگی کی ان گھڑیوں سے مایوس ہوگیا ہوں۔ براہ کرم کچھ دعا فرمائیں میں نے انہیں برکت والی تھیلی کا عمل دیا اور خاص رمضان المبارک میں برکت کی تھیلی کا خاص عمل ان کو سمجھا دیا۔

موصوف چلے گئے' چلے جانے کے بعد ان کی جو اطلاع ملی وہ اطلاع ان کے پھوپھی زاد نے دی۔ وہ میرے پاس پھر لوٹ کے نہیں آئے۔ لیکن ان کے پھوپھی زاد آئے انہی کے حوالے سے اور انہوں نے اطلاع دی کہ اب ان کو اللہ پاک اتنا دیا کہ انہوں نے اپنا ایک اچھا اور بہترین گھر لیا ہے' پرانے گھر کو بیچ دیا ہے' اچھی گاڑی لی ہے سارے قرضے اتر گئے ہیں اور پرسکون ہیں' مشکلات ختم ہوگئی ہیں' پریشانیاں ختم ہوگئی ہیں' اور ان کا سلام لائے اور کہنے لگے کہ میں آپ سے رابطہ نہیں کرسکا میری مجبوری بھی ہے اور کوتاہی بھی ہے لیکن اب تک میں نے چھتیس آدمیوں کو یہ عمل دیا اور چھتیس آدمیوں میں سے کوئی ایک شخص ایسا بھی نہیں کہ جس کو فائدہ نہ ملا ہو۔ ان میں ایک ایسا شخص تھا جو ٹیکسی چلاتا تھا اس کے اندر جذبہ تھا کہ میں اس عمل کو پھیلاؤں۔ اس نے کپڑے لیے برکت کی تھیلیاں خود بنوالیں اور بنواکے وہ اکثر لوگوں کو سواریوں کو یا ملنے جلنے والوں کو دیتا بھی تھا اور روزانہ کا عمل بھی بتاتا تھا اور رمضان المبارک کا خصوصی عمل بھی بتاتا تھا۔ اس ٹیکسی ڈرائیور جس کا نام عبدالخالق بتایا میر پور آزاد کشمیر کا تھا کے بقول کہ میں سینکڑوں لوگوں کو یہ عمل دے چکا ہوں اور سینکڑوں لوگوں میں سے اور بے شمار لوگوں کی تصدیق مجھے ملی ہے جن کو فائدہ پہنچا ہے اور ان میں سے ایسے لوگ بھی تھے کہ ان کو ایسا فائدہ پہنچا کہ انہوں نے اور بے شمار لوگوں کو بتایا۔ قارئین! رمضان المبارک میں اللہ کی برکتیں بیکراں ہوتی ہیں' رحمتیں بے کراں ہوتی ہیں' جہاں جنت ملتی ہے' وہاں رزق بھی ملتا ہے' وہاں وسعت بھی ملتی ہے۔ آئیں آج ہم اس رمضان سے خصوصی فائدہ اٹھائیں۔ ہاں ایک بات میں بتاؤں آپ کو ضرور فائدہ ہوگا۔ میں یہ نہیں کہتا کہ کریں گے فائدہ ہوگا بلکہ ضرور ہوگا' اس فائدے کو ضرور لکھیں' بے ربط لکھیں' لیکن فائدہ ضرور لکھیں۔ میں دل کے راز آپ تک پہنچاتا ہوں اور ہر بار یہی اصرار کرتا ہوں کہ آپ اپنے تجربات عبقری کے دفتر تک ضرور پہنچائیں' ضرور لکھیں تاکہ لاکھوں مخلوق کو فائدہ پہنچے۔

قارئین! اس عمل کو دینے سے پہلے اتنا ضرور عرض کروں گا جتنا اللہ کی رضا کو سامنے رکھ کر' جتنا دل کی گہرائیوں سے یہ عمل کریں گے اتنا اس کا فائدہ نصیب ہوگا اور اتنا اس کا نفع نصیب ہوگا۔ میرے پاس اتنے واقعات ہیں اور ایسے واقعات ہیں کہ جو لوگ خودکشیوں کی طرف مائل ہورہے تھے گھر چھوڑ چکے تھے' بیوی بچے چھوڑ چکے تھے' غربت' تنگدستی اور قرضے نے انہیں کفر کی طرف مجبور کردیا تھا بلکہ میری زندگی میں ایک واقعہ ایسا بھی آیا ہے کہ ایک شخص نے اپنا مذہب تبدیل کرلیا میں نے اس کی منت کی اور اس کو بٹھا کر بہت دیر ترغیب دی اور اسے برکت والی تھیلی کا عمل بتایا اور رمضان کا خصوصی عمل بتایا اور اس کو کرنے کو کہا۔ اللہ کا فضل ہے وہ کہنے لگا کہ تین عیدیں میں نے نہیں پڑھیں لیکن اُس رمضان کی عید اس نے پڑھی اور پھر سے تجدید ایمان کیا اور تجدید نکاح کیا اور مسلمان ہوا اور اللہ پاک نے اسے مالدار اور غنی کردیا۔ ایک دوسری بات ضرور عرض کروں گا کہ اللہ پاک آپ کو مالدار اور غنی کردے اس میں غریبوں کو نہ بھولنا اپنے صدقہ خیرات میں زیادہ سے زیادہ ان کو عطا کرنا' جس کریم نے آپ کو مفلسی اور تنگدستی کے بعد یہ نعمتیں عطا کی ہیں اس کریم کی مخلوق کو نہ بھولیے گا اس مخلوق کو برکت والی تھیلی کے حصے میں ضرور شامل کیجئے گا اور ایک اور خاص بات اس عمل کو آپ پھیلا سکتے ہیں آپ کو اس کی اجازت ہے۔ ہم نے برکت والی تھیلی کا انتظام کیا ہے۔ لوگ درزیوں کے پاس جاتے تھے کوئی چالیس' کوئی پچاس اور کوئی ساٹھ روپے مانگتا تھا ہم نے کثیر تعداد میں نیک لوگوں کے ذریعے یہ برکت والی تھیلی سلوائی ہے اور سلوانے اور اخراجات کو سامنے رکھتے ہوئے ہم نے اس کی بیس روپے میں فروخت کا اعلان کیا ہے تاکہ مخلوق خدا تک یہ چیز جتنی کم سے کم قیمت میں ہو' پہنچ سکے اور اس کو خصوصی میں نے دم کیا ہے اور یہ برکت والی تھیلی دم شدہ عبقری دفتر سے منگوا سکتے ہیں۔ یہ برکت والی تھیلی ہماری کمائی اور تجارت کا ذریعہ نہیں ہے آپ خود بھی بنوا سکتے ہیں' یہ اس لیے ہم نے دی ہیں کہ مخلوق خدا نہیں بنوا سکتی اور جو بنواتے ہیں وہ اس طریقے سے نہیں بنواتے جس طریقے ہم چاہتے ہیں تاکہ مخلوق کو نفع پہنچے اور کم قیمت میں چیز ان تک پہنچے۔ چلتے چلتے ایک واقعہ اور یاد آیا مختصر کرکے سنا دیتا ہوں کہ ایک زمانے کی بات ہے کہ ہمارے قریبی رشتے دار جن کے بارے میں یہ مشہور تھا کہ وہ اپنے گھر میں آنے والے سوالی کو خالی نہیں بھیجتے تھے۔

والدہ محترمہ نے مجھے کچھ چیز دی کہ ان کے گھر دے آؤ جب میں ان کے گھر گیا تو ان کے گھر میں غربت مفلسی اور تنگدستی کا راج دیکھا حالات بتا رہے تھے کہ ان کے حالات اب ویسے نہیں تھے میں نے والدہ کو عرض کیا' والدہ حیران ہوئیں کہ کسی کو بتایا ہی نہیں لیکن تحقیق کے بعد پتہ چلا کہ ان کے حالات بہت پریشان کن ہوگئے ہیں والدہ نے احسن طریقے سے ان کی کچھ امداد کی لیکن انہوں نے امداد لینے سے انکار کردیا۔ میرے پاس حضرت رحمۃ اللہ علیہ کی برکت کی تھیلی کا عمل تھا' ایک برکت والی تھیلی میں نے لی اور انہیں سمجھایا اور خاص رمضان کے خصوصی عمل کی تاکید کی۔ پھر رمضان سے دس دن پہلے ان کے پاس گیا اور ان کے پاس جاکے پھر تاکید کی رمضان آرہا ہے یہ عمل ضرور کرنا ہے جب میں یہ تاکید کررہا تھا تو ان کی بوڑھی ماں آنسو پونچھتے ہوئے کہہ رہی ہے بیٹا تو نے ہمیں رسوائی سے بچالیا' جس دن سے تو برکت والی تھیلی دے کے گیا ہے اور ہم میں سے گھر کا ہر فرد 129 دفعہ سورۂ کوثر مع تسمیہ اول و آخر 7 مرتبہ درود شریف پڑھ کے دم کرتے ہیں بس اس دن سے ہمارے دن پھر گئے ہیں رحمتیں آگئی ہیں' کرم اور فیض متوجہ ہوگیا ہے۔ حالات نے کروٹ لی ہے اور ہم خوشحال ہوگئے ہیں ان شاء اللہ یہ رمضان کا عمل ہم ضرور کریں گے۔ میں نے ان سے کہا میں رمضان کے بعد پھر آؤں گا' رشتے داری تھی' رمضان المبارک کے چند دنوں کے بعد میں ان کے پاس پھر گیا اور ان سے جا کر پوچھا تو گھر کا ہر فرد کہنے لگا کہ ہمیں تو رحمت کا خزانہ مل گیا ہے' کوئی کہنے لگا ہمیں برکت کی تھیلی مل گئی ہے' کوئی کہنے لگا کہ اللہ کی خاص رحمت متوجہ ہوئی ہے' ہماری دعا قبول ہوئی ہے کہ اللہ نے تمہیں رہبر بنا کے بھیجا' ورنہ ہمارے حالات ایسے تھے کہ ہم کسی کو منہ دکھانے کے قابل نہیں تھے' ہماری سب چیزیں بک چکی تھیں ہم نے رشتے داروں کے سامنے اس کا اظہار نہیں کیا۔ لیکن آنے والے سائل کو خالی نہیں بھیجا۔ گھر میں کچھ ہونہ ہو لیکن اس کو کچھ دے کر بھیجتے تھے لیکن برکت والی تھیلی نے کمال کردیا۔

قارئین! اس عمل کو پھیلائیں' میں نے یہ جان بوجھ کے رمضان المبارک سے پہلے یہ مضمون عبقری میں دیا ہے صرف اس لیے کہ آپ رمضان سے پہلے برکت والی تھیلی کی تیاری رکھیں اور اس کے عمل کو ابھی سے شروع کردیں اور جو رمضان کا خاص عمل ہے وہ صرف رمضان میں کرنا ہے۔

اب قارئین! اس کی ترکیب سمجھیں۔ برکت والی تھیلی پر 129 مرتبہ سورۂ کوثر مع تسمیہ اول و آخر 7 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ گھر کا ہر فرد پڑھے جتنے افراد پڑھ سکتے ہیں پڑھیں اور اس پر برکت والی تھیلی پڑھیں۔ دن میں جتنی دفعہ نوٹ ڈالیں یا نکالیں ایک دفعہ سورۂ کوثر پڑھ کر دم کرلیا کریں۔ یہ تو عام معمول کی زندگی کا عمل ہے جس سے لاکھوں لوگوں' کروڑوں لوگوں کو فائدہ ہوا اور ہورہا ہے۔ رمضان المبارک میں برکت والی تھیلی کا عمل یہی کرنا ہے 129 دفعہ سورۂ کوثر مع تسمیہ صبح و شام اول و آخر 7 مرتبہ درود شریف۔ لیکن پہلی رمضان کو جس وقت رمضان کا چاند نظر آئے تین دفعہ اول آخر درود شریف 313 دفعہ سورۂ کوثر رات کے کسی حصے میں اس عمل کو کرلیں اگر آپ مجبوراً رات کے کسی حصے میں نہیں کرسکے تو دن میں بھی کرسکتے ہیں یعنی پہلے روزے والے دن۔ گھر کا ہر فرد کرے ہر فرد اپنی تھیلی رکھ سکتا ہے۔ گھر میں ایک تھیلی رکھیں اس میں دم کریں۔ ہر بندہ اپنی تھیلی رکھ سکتا ہے اس پر دم کرسکتا ہے۔ یہ پہلی رمضان کا عمل ہے۔ پہلا عشرہ جب ختم ہوگا۔ یعنی دس رمضان میں اور گیارہ رمضان المبارک کے دن جب دوسرا عشرہ شروع ہوگا پھر 313 دفعہ پڑھنا اسی طرح پڑھنا ہے' بہتر ہے رات کو تراویح کے بعد پڑھ لیں اگر مجبوراً نہ پڑھ سکیں تو دن کے کسی حصے میں پڑھ لیں۔ پھر تیسرے عشرے 21 رمضان المبارک کو یہی پڑھنا ہے رات کو پڑھ لیں بہت بہتر ہے۔ نامعلوم شب قدر ہو ورنہ دن کو پڑھ لیں۔ اسی طرح پھر عید والے دن عید کی نماز سے فارغ ہوکے پھر 313 دفعہ اس کے اوپر پڑھیں۔ یہ عمل ہوگیا۔ اب ایک عمل صرف ستائیس کی رات کا ہے۔ وہ بھی اسی برکت کی تھیلی پر پڑھنا ہے۔ وہ ستائیس کی رات کا عمل یہ ہے کہ گیارہ سو دفعہ سورۂ کوثر' گیارہ دفعہ اول و آخر درود شریف' عمل صرف رات کو ہی پڑھنا ہے یہ عمل دن کو نہیں پڑھ سکتے۔ قارئین! سارا سال آپ سارے وظیفے پڑھیں لیکن جو رمضان کا وظیفہ ہے جو رمضان کی عبادت ہے اس کی فضیلت نہیں مل سکتی۔ 1100 مرتبہ سارے گھر کے افراد انفرادی طور پر پڑھ سکتے ہیں یا چند افراد مل کے پڑھ لیں اور برکت والی تھیلی پر دم کردیں اور دعا کرکے پھر سو جائیں۔ یہ عمل صرف ستائیس کی رات کو کرنا ہے' بہت برکت والا عمل ہے' بہت رحمت والا عمل ہے اور بہت فیضان سے بھرا ہوا عمل ہے جتنا زیادہ توجہ دھیان سے گڑگڑا کر کریں گے اتنا اللہ پاک اس عمل کی رحمت فرمائیں گے۔ میری طرف سے تمام قارئین کو اجازت ہے اور اس کو آگے پھیلانے کی بھی اجازت ہے۔ برکت والی تھیلی جس نے عبقری کے دفتر سے منگوانی ہو منگوالے' ورنہ اپنی بنوالیں۔ برکت والی تھیلی ہمارے ہاں دم کی ہوئی ملتی ہے۔ ایک بار پھر کہہ رہا ہوں کہ برکت والی تھیلی 20 روپے کی بیچ کر ہم تجارت نہیں کررہے ہیں۔ اس کی لاگت اور کپڑا دیکھئے' ہمارا مقصود صرف برکت والی تھیلی سے مخلوق کو خیر پہنچانا ہے اللہ ہم کو اپنے بندوں کیلئے خیر پہنچانے والا بنائے بدگمانی اور رشک سے بچائے۔ آمین۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

62

ماہنامہ عبقری لاہور

®

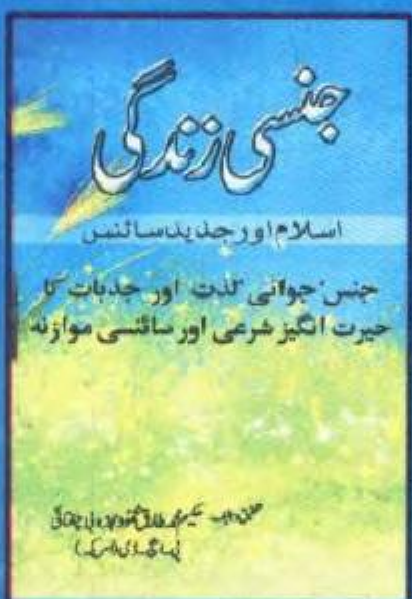
اگست 2011ء بمطابق رمضان المبارک 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی



ازدواجی خوشیوں کو بحال کرنے اور بکھرے خاندان کو سمیٹنے کے ازلی راز ضرور پڑھیں!

- رمضان میں 3 سیکنڈ میں چودہ کروڑ نیکیاں کمائیں
- 7 اذانیں پڑھیں ہر پریشانی سے نجات پائیں
- معدے کے لاعلاج مریض کیلئے الہامی نسخہ
- روزہ، تھکن اور بے خوابی کا قدرتی علاج
- آپکے بال بھی خوبصورت ہو سکتے ہیں
- پڑوسیوں کے جنات سے مذاکرات
- زیارت رسول ﷺ کا انمول وظیفہ
- دولت مند ہونے کا کامیاب تجربہ
- رمضان کی غذائیت بھری غذائیں
- عید کی حقیقی خوشیاں حاصل کریں
- رمضان المبارک میں پیاس ختم
- شادی کیلئے انتہائی آزمودہ وظیفہ

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا شیڈول
جہانیاں (درس)
سکھر (درس)
اٹک (کلینک)
باغ آزاد کشمیر (کلینک)
پشاور (کلینک)
کراچی (کلینک)
گجرات (درس)
فیصل آباد (کلینک)

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا شیڈول
احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)
16 اکتوبر بروز اتوار 2011ء (درس)

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ
0343-8710009 تفصیلات اندر پڑھیں

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ السلفی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 2 جلد نمبر 6 اگست 2011ء بمطابق رمضان المبارک 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

اگست 2011ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

عبقری اور حکیم صاحب سے فوری رابطہ کیلئے

الحمدللہ! دفتر ہذا میں عوام کی سہولت کیلئے آٹو میٹک ٹیلیفون ایکسچینج لگا دی گئی ہے۔ ٹیلیفون نمبر ملانے کے بعد متعلقہ ایکسٹینشن نمبر ڈائل کریں۔ ایکسٹینشن نمبرز کی ترتیب یہ ہے:۔

1۔ تمام ایجنسی ہولڈرز اپنے معاملات کیلئے ایکسٹینشن نمبر 12 ڈائل کریں۔

2۔ حکیم صاحب سے ملاقات کا وقت حاصل کرنے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 13 ڈائل کریں۔

3۔ اپنا آرڈر بک کروانے کیلئے ایکسٹینشن نمبر 15 ڈائل کریں۔

4۔ اپنے آرڈر سے متعلقہ شکایات کے سلسلے میں ایکسٹینشن نمبر 16 ڈائل کریں۔

5۔ مطلوبہ ایکسٹینشن مصروف ہونے کی صورت میں آپریٹر کا انتظار کریں۔

ٹیلی فون نمبرز: 042-37552384,37597605,37586453

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرما دیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتوں کیلئے ہے۔

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ گلی کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں / ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں / زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے نمبر پر بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ

خط و کتابت کا پتہ: دفتر ماہنامہ "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک، نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

رحمتوں اور نیکیوں کی برسات کا مہینہ

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے حضور اکرم ﷺ سے نقل کیا کہ میری امت کو رمضان شریف کے بارے میں پانچ چیزیں مخصوص طور پر دی گئی ہیں جو پہلی امتوں کو نہیں ملی ہیں۔ (1) یہ کہ ان کے منہ کی بدبو اللہ کے نزدیک مشک سے زیادہ پسندیدہ ہے۔ (2) یہ کہ ان کیلئے دریا کی مچھلیاں تک دعا کرتی ہیں اور افطار کے وقت تک کرتی رہتی ہیں۔ (3) جنت ہر روز ان کیلئے آراستہ کی جاتی ہے پھر حق تعالیٰ شانہٗ ارشاد فرماتے ہیں کہ قریب ہے کہ میرے نیک بندے (دنیا کی) مشقتیں اپنے اوپر سے پھینک کر تیری طرف آئیں۔ (4) اس میں سرکش شیاطین قید کر دیئے جاتے ہیں کہ وہ رمضان میں ان برائیوں کی طرف نہیں پہنچ سکتے جن کی طرف غیر رمضان میں پہنچ سکتے ہیں۔ (5) رمضان کی آخری رات میں روزہ داروں کیلئے مغفرت کی جاتی ہے۔ صحابہ رضی اللہ عنہٗ نے عرض کیا کہ یہ شب مغفرت شب قدر ہے؟ فرمایا نہیں بلکہ دستور یہ ہے کہ مزدور کو کام ہونے کے وقت مزدوری دے دی جاتی ہے۔ **(مسند احمد)**

حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ رمضان المبارک کا مہینہ آیا تو حضور ﷺ نے فرمایا کہ تمہارے اوپر ایک مہینہ آیا ہے جس میں ایک رات ہے جو ہزار مہینوں سے افضل ہے جو شخص اس رات سے محروم رہ گیا گویا ساری ہی خیر سے محروم رہ گیا اور اس کی بھلائی سے کوئی محروم نہیں رہتا لیکن وہ شخص جو حقیقتاً محروم ہی ہے۔ **(ابن ماجہ)**

حضرت عبادہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ حضور ﷺ نے رمضان المبارک کے قریب ارشاد فرمایا کہ رمضان کا مہینہ آگیا ہے جو بڑی برکت والا ہے' حق تعالیٰ شانہٗ اس میں تمہاری طرف متوجہ ہوتے ہیں اور اپنی رحمتیں خصوصی نازل فرماتے ہیں' خطاؤں کو معاف فرماتے ہیں' دعا کو قبول کرتے ہیں' تمہاری نیکی کی حرص کو دیکھتے ہیں اور ملائیکہ سے فخر کرتے ہیں پس اللہ کو اپنی نیکی دکھلاؤ۔ بدنصیب ہے وہ شخص جو اس مہینے میں بھی اللہ کی رحمت سے محروم رہ جائے۔ **(طبرانی)**

حال دل

پچھلے دنوں ایک پریشان حال صاحب میرے پاس آئے کہنے لگے میں بہت پریشان ہوں' ایک وقت تھا کہ دولت دنیا' مال چیزیں سب کچھ میرے پاس تھا۔ ساری چیزیں مجھ سے ختم ہوگئیں' چھیننے والے نے چھین لیں' یقیناً اُس نے چھینی جس نے دی تھیں ہر طرح کے حیلے' تدابیر' اور مختلف لوگوں کے پاس آنا جانا لیکن کہیں بھی فائدہ نہ ہوا' کسی نے آپ کا بتایا کہ آپ پڑھنے کو کچھ بتاتے ہیں' مجھے بتائیں کہ میں ان معاشی مشکلات اور پریشانیوں سے حالات اور تنگدستی سے کسی طرح نکل جاؤں۔ میں نے انہیں جو وظیفہ بتایا قارئین وہ آپ کو بھی بتاتا ہوں آزمایئے کا ضرور اور ہمیشہ کا نفع پانا ہے تو زندگی بھر کیلئے اسے ساتھی بنالیں۔ کچھ عرصہ کرنا چاہتے ہیں تو پابندی سے کریں۔ وہ یہ ہے:۔ ایسے بے حیثیت' دنیا کے اعتبار سے بے اوقات مزدور' تنگدست' غریب' بے نام اور بے مقام لوگوں کو سلام کریں اور اس عظمت سے کریں کہ جس عظمت سے آپ کسی بادشاہ کو کرتے ہیں۔ جب آپ اس عظمت سے اُس کو سلام کریں گے اس کے دل کے اندر سے ٹھنڈی دعا نکلے گی کیونکہ معاشرے کے مطابق سلام کرنا اُس کا حق ہے اور سلام کروانا مالدار کا حق ہے۔ اس کے ذمے صرف سلام کرنا ہے اور جب کوئی اس کو سلام کرے گا اور وقار اور عظمت سے کرے گا تو اس کے دل سے ایک دعا نکلتی ہے سلام کا جواب بظاہر جواب ہوتا ہے لیکن وہ دعا عرش کی بلندیوں کو چھو لیتی ہے اور وہی دعا ہوتی ہے جو تیرے مسائل اور مصائب اور مشکلات کیلئے نجات کی کنجی ثابت ہوتی ہے۔ یہ بات میں نے انہیں سمجھائی' وہ چلے گئے' کچھ عرصے کے بعد آئے اور کہنے لگے ایسی جگہ سے میری مدد ہوئی ہے' ایسی جگہ سے میری مشکلات اور پریشانیاں ہوئی ہیں جہاں سے مجھے گمان تک نہیں تھا اور میں یہ سمجھتا ہوں کہ کسی غریب اور بے حیثیت شخص کی دعا کا اثر ہے جو کہ اس نے سلام کے جواب کی شکل میں اس نے مجھے لوٹائی۔

قارئین! عبقری کے اس صفحے میں دل کی کیفیات لکھتا ہوں' اندر کے درد سوز اور ساز لکھتا ہوں آپ ضرور آزمایا کریں اور یقیناً آپ آزماتے ہیں۔ آخر آپ آزماتے ہیں تو میرے پاس قارئین کی بے شمار ڈاک آزمائے ہوئے مشاہدات اور تجربات کی شکل میں ملتی ہیں۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

میں مدینہ منورہ میں گیا ایک شخص مجھے لے گئے خالدیہ اور فیصلیہ مدینہ منورہ کے امراء کے علاقے ہیں وہاں ایک گھر میں کسی مقصد کے لئے گئے بہت بڑا محل تھا، جس دروازے کو کھولتے تھے، اس کے اندر حیرت انگیز چیزیں پڑی ہوتی تھیں، یقیناً میں نے زندگی بھر نہیں دیکھیں تھیں، میں بڑے بڑے امراء کے ہاں گیا ہوں۔ لیکن عجیب بات یہ ہے کہ سارا گھر ویران پڑا ہوا تھا میرے منہ سے بے ساختہ نکلا یہ تو ویران گھر پڑا ہے پھر اندر سے ایک آواز آئی طارق تو نے ویران کیوں کہا، یہ تو چیزیں پڑیں ہیں۔ معلوم ہوا چیزوں سے گھر نہیں آباد ہوتے بلکہ انسانوں سے ہوتے ہیں۔

اگر اس گھر میں کچھ نہ ہوتا انسان ہوتے تو کیا خیال ہے میں کہتا کہ گھر تو آباد ہے۔ گھر چھوٹا سا ہو لوگ رہتے ہوں آپ باہر سے پوچھیں گے، پڑوسی سے، آنے جانے والے سے، اس گھر میں کوئی ہے جواب دیا جائے گا ہاں کچھ لوگ رہتے ہیں۔ کثرت نے ہمیں کچھ نہیں دیا' برکت نہ ہونے سے ہمارے گھر ویران ہو گئے۔

گھروں میں سکھ لانے والے اعمال: مجھے ہزاروں لوگوں نے یہ بات کہی ہمارا گھر جانے کو جی نہیں چاہتا گھروں میں ایسی بے مروتی اور گھروں میں ایسی مصیبتوں کے پہاڑ ٹوٹے ہیں' ایسی تکلیفوں کی بارشیں ہوئی ہیں کہ ہمارا گھر جانے کو جی نہیں چاہتا۔ برکت کے وجود کو نہیں سمجھتے کہ برکت ہوتی کیا ہے......؟ اکثر لوگ سمجھتے ہیں کہ شاید چیزیں زیادہ ہو جائیں تو اسے برکت کہتے ہیں۔ (۱) سرور کونین ﷺ کی خدمت میں ایک صحابی آئے اور اپنی غربت کا ذکر کیا آپ ﷺ نے فرمایا: ''وضو پر مداومت کر غربت ختم ہو جائے گی'' اب یہاں چیزیں زیادہ تو نہیں ہوئیں یا آپ ﷺ نے انھیں کثرت کا عمل تو نہیں دیا بلکہ ایک برکت والا عمل بتایا ہے اس عمل سے ان کے فاقے ختم ہو گئے ان کی غربت ختم ہو گئی۔ (۲) حضرت خواجہ اویس قرنی رحمۃ اللہ (میرے حضرت کا سلسلہ وہیں جا کے ملتا ہے) وہ فرماتے تھے جو چاہتا ہے کہ فرشتوں کی مجالس مجھے حاصل ہوں، برکت کے دروازے کھل جائیں، اللہ اس کے دل کو کشف اور نور سے بھر دے اور رزق میں برکت اور وسعت ہو، عزت اور عافیت ہو، اسے چاہیے کہ سفید لباس پہنے اللہ اس کے لئے یہ ساری چیزیں آسان کر دے گا۔ برکت والے اعمال کو سوچیں۔ (۳) گھروں میں سلام کو عام کرنا برکت والا عمل ہے۔ (۴) ہر وقت باوضو رہنے کی کوشش کرنا برکت والا عمل ہے۔

بے قیمت عمل نے کروڑ پتی بنا دیا: جس گھر کی نالی سے' جس گھر کے سنک سے' جس گھر کے بیسن سے رزق جا رہا ہے تو سمجھ لو رزق نہیں جا رہا برکت جا رہی ہے......برکت کو ساتھ لے کر جا رہا ہے...... وہ رزق نہیں جا رہا غربتوں کے فیصلے' تنگ دستیوں کے فیصلے کراتا ہوا جا رہا ہے......کراچی کے ایک صاحب کو میں جانتا ہوں میرے خیال میں لاکھوں روپے اس کی زکوٰۃ نکلتی ہے' ایک کروڑ روپے سے زیادہ صدقہ کر لیتا ہو گا۔ میں مبالغہ نہیں کر رہا اتنا اسے اللہ نے دیا ہے ایک دفعہ دستر خوان پر چیزیں گری ہوئی تھیں اٹھا کے کھانے لگا۔ کسی نے کہا: حاجی صاحب یہ آپ کیا کر رہے ہیں۔ کہنے لگے میں تیلی ہوں تیلی تھا اب بھی تیلی ہوں انہی چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں نے آج مجھے اتنا کر دیا ہے اور پھر کہنے لگے تم کثرت کی طرف دوڑتے ہو...... برکتیں چھوڑتے ہو......گرے ہوئے ٹکڑوں میں برکت ہے، میں برکت سمجھ رہا ہوں، تم کثرت سمجھ رہے ہو، تمہارے پاس نہیں رہے گا، میرے پاس رہے گا، برکت وجود رکھتی ہے۔ **یاد رکھیئے گا!** کثرت وجود نہیں رکھتی۔ ایک درویش کی خدمت میں بیٹھا تھا مجھ سے کہنے لگے خیال کرنا کبھی ایسے شخص کی وراثت نہ لینا جس کی آل اولاد نہ ہو۔ اولاد نہیں تھی مال بہت چھوڑا اس کی وراثت نہ لینا کیوں؟ اس میں برکت نہیں ہوتی وہ سارا تیرا بھی لے جائیگا۔

بخل بے برکتی اور قناعت برکت کا ذریعہ: میرے محترم دوستو! برکت والے اعمال کو سوچیں نعمتوں کا ضیاع نہ کرنا' نعمتوں کی احتیاط کرنا اللہ جل شانہٗ کی نعمتوں کو سنبھال کے رکھنا' قناعت کرنا' بخل اور قناعت کی سرحدیں ملتی ہیں' اسراف اور سخاوت کی سرحدیں ملتی ہیں یاد رکھنا یہ دو لفظ ......بخل اور قناعت کی سرحدیں ملتی ہیں۔ بعض اوقات لوگ اسے بخیل کہنا شروع کر دیں گے کہیں گے شاید یہ بخیل ہے، جبکہ بخل کو ناپسند کیا گیا ہے۔

حضرت عثمانؓ کی قناعت پسندی: سرور کونین ﷺ کی خدمت میں ایک شخص آئے غربت اور فقر و فاقہ کی وجہ سے آپ ﷺ نے فرمایا عثمان رضی اللہ عنہ کے گھر جاؤ وہ حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے گھر گئے اور ان سے سوال کرنا تھا تو حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے گھر سے جھگڑا کرنے کی آواز آ رہی تھی، اونچا اونچا بولنے کی آواز آ رہی تھی، اس شخص نے آواز کو سنا کہ جھگڑا اس بات کا ہے کہ چراغ کی بتی ان کی اہلیہ نے موٹی بنا دی تھی تیل زیادہ جل گیا تھا اور حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کہہ رہے تھے کہ تو نے ایسا کیوں کیا؟ بہت نقصان کیا ہے۔ اس شخص نے جب یہ باتیں سنیں تو واپس لوٹ آئے کہنے لگے جو شخص ایسا ہے کہ چراغ کا تیل برداشت نہیں کر رہا یہ مجھے کیا دیگا۔ پھر اسے خیال آیا کہ مجھے بھیجا کس نے ہے حضرت سرور کونین ﷺ نے بھیجا ہے۔ پھر واپس جا کر اس نے آواز دی۔ آپ رضی اللہ عنہ تشریف لائے اس نے بتایا کہ سرور کونین ﷺ نے مجھے آپ کے پاس بھیجا ہے کہنے لگے مرحبا ٹھہر جاؤ! اندر سے اشرفیوں کی تھیلیاں لا کر دے دیں۔ وہ شخص کہنے لگے کہ حضرت ذرا ٹھہر جائیں! مجھے ایک سوال کا جواب چاہئے......میں آپؓ کے گھر آیا اور میں نے ایسے ایسے باتیں سنیں آپؓ اپنی اہلیہ کے ساتھ ایسے بات کر رہے تھے اور بات بھی کچھ بڑھی ہوئی تھی......حضرت عثمانؓ فرمانے لگے میں نے اپنی ذات کے اخراجات کو کم کیا ہے اللہ کی ذات کو زیادہ دیا ہے کیوں کہ میری ذات کا خرچہ ختم ہو جائے گا اور یہ میرا مال اللہ کے ہاں بڑھے گا۔ یہ ہے قناعت...... **(جاری ہے)**

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری کی مستقل قاری ہوں۔ میں نے 2007ء سے عبقری پڑھنا شروع کیا الحمدللہ اب تک پڑھ رہی ہوں اور اس کے علاوہ آپ کے بیان درست ہدایت آن لائن نیٹ پر بھی سنتی ہوں۔ ہر جمعرات کو بہت شدت سے بیان کا انتظار رہتا ہے جب میں بیان سنتی ہوں تو مجھے بہت سکون ملتا ہے۔ جو باتیں آپ بتاتے ہیں ان پر عمل بھی کرتی ہوں اور دوسروں کو بھی بتاتی ہوں۔ درس ہدایت کا مجھے یہ فائدہ ہوا ہے کہ میں پانچ وقت کی پکی نمازی ہوں' پردے کا اہتمام بہت کرتی ہوں' گانا' ڈرامہ وغیرہ سے مکمل طور پر دور رہتی ہوں۔ الحمدللہ میرے اندر اب بہت سکون ہے۔ **(بہن محمد ارشد' وہاڑی)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ضرورت مند کی مدد کیلئے بے چین

محمد اویس، لاہور

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے مجھ سے پوچھا جب تم کسی شہر کا محاصرہ کرتے ہو تو کیا کرتے ہو؟'' میں نے کہا ہم شہر کی طرف کھال کی مضبوط ڈھال دے کر کسی آدمی کو بھیجتے ہیں۔

محتاج کی مدد

ایک مرتبہ ایک بدو امیر المومنین حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا: ''اے عمر (رضی اللہ عنہ) لطف اگر ہے تو جنت کا لطف ہے میری لڑکیوں اور ان کی ماں کیلئے نئے کپڑوں کا انتظام کردے' میں تجھے اللہ کی قسم دیتا ہوں کہ ایسا ضرور کرنا۔''

ان کا یہ سوال سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا اگر میں تمہارا کہنا نہ مانوں تو کیا ہوگا؟ اس بدو نے عرض کیا ''تجھ سے قیامت میں میرے متعلق سوال ہوگا اور تو ہکا بکا رہ جائے گا' پھر یا تو دوزخ کی طرف جانا ہوگا یا جنت کی طرف۔''

اس کے یہ اشعار سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ اس قدر روئے کہ ڈاڑھی مبارک آنسوؤں سے تر ہوگئی' پھر اپنے غلام سے فرمایا کہ ''میرا یہ کرتہ اس کو دیدو' اس وقت اس کے سوا کوئی چیز میرے پاس نہیں ہے۔

کسریٰ کے کنگن

جب حضور ﷺ مکہ سے ہجرت کرکے مدینہ کی طرف روانہ ہوئے تو سراقہ بن مالک گھوڑے کی پیٹھ پر سوار ہوکر آپ ﷺ کی تلاش میں نکلے' لیکن تھوڑی دیر میں ان کے گھوڑے کو ٹھوکر لگی اور وہ گھوڑے سے نیچے آگرے' جب انہوں نے حضور ﷺ کے معجزات کا مشاہدہ کیا تو عرض کیا ''خدا کی قسم! اے محمد ﷺ مجھے اس بات کا یقین ہے کہ آپ کا دین ضرور غالب ہوکر رہے گا اور آپ کی شان بلند ہوگی' آپ مجھ سے عہد کریں کہ جب میں آپ کے پاس آپ کے ملک میں آؤں تو میرا اکرام کریں اور میرے لیے اس معاہدہ کو لکھ دیں'' حضور ﷺ نے حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ کو حکم دیا چنانچہ انہوں نے ایک ہڈی پر اس بات کو لکھ دیا اور پھر حضور ﷺ نے سراقہ سے فرمایا ''اے سراقہ! اس وقت تیرا کیا حال ہوگا' جب تو کسریٰ کے کنگن پہنے گا؟'' بعد ازاں سراقہ مسلمان ہوگیا اور مدینہ منورہ حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر بھی ہوا۔

زمانہ کے حالات میں تغیر آیا' مسلمانوں کو قادسیہ میں فتح حاصل ہوئی اور مال غنیمت مدینہ آیا' اس میں کسریٰ کا تاج بھی تھا اور اس کے سونے کے تاروں سے بنے ہوئے کپڑے اور جواہرات سے آراستہ ہار بھی تھا اور اس کے دو ایسے کنگن بھی تھے کہ کسی آنکھ نے ایسے کنگن نہ دیکھے ہوں گے پھر حضرت عمر رضی اللہ عنہ (جو اس وقت امیر المومنین تھے) نے آواز دی سراقہ بن مالک رضی اللہ عنہ کہاں ہیں؟ سراقہ حاضر ہوئے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو کسریٰ کی قمیض اور اس کے کنگن پہنائے اور اس کی تلوار گردن میں لٹکائی اور ان کے سر پر کسریٰ کا تاج رکھا۔ حضرت سراقہ رضی اللہ عنہ جھوم جھوم کر چلنے لگے' ان کی آنکھوں سے اشک رواں تھے اور زبان حال سے کہہ رہے تھے کہ رسول اللہ ﷺ نے سچ فرمایا' اس کے بعد حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے آسمان کی طرف اپنا سر اٹھایا اور بارگاہ رب العزت میں عرض گزار ہوئے اے اللہ! تو نے یہ مال اپنے پیغمبر ﷺ کو نہیں دیا حالانکہ وہ آپ کے نزدیک مجھ سے زیادہ محبوب ومکرم تھے اور یہ مال ابوبکر رضی اللہ عنہ کو نہیں دیا حالانکہ وہ آپ کو مجھ سے زیادہ محبوب ومکرم تھے لیکن میں آپ کی اس سے پناہ مانگتا ہوں کہ اگر آپ نے یہ مال میری آزمائش کیلئے دیا ہو۔

مسلمان کی قیمت

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے مجھ سے پوچھا جب تم کسی شہر کا محاصرہ کرتے ہو تو کیا کرتے ہو؟'' میں نے کہا ہم شہر کی طرف کھال کی مضبوط ڈھال دے کر کسی آدمی کو بھیجتے ہیں۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''ذرا یہ بتاؤ کہ اگر شہر والے اسے پتھر ماریں تو اس کا کیا بنے گا؟ میں نے کہا وہ تو قتل ہو جائے گا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا ایسا نہ کیا کرو' اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے مجھے اس بات سے بالکل خوشی نہ ہوگی کہ تم لوگ ایک مسلمان کی جان ضائع کرکے ایسا شہر فتح کرلو جس میں چار ہزار جنگجو جوان ہوں۔

اہل آسمان کی خوشیاں

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں ''جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے اسلام قبول کیا تو حضرت جبرائیل علیہ السلام حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عرض کیا اے محمد ﷺ! عمر رضی اللہ عنہ کے اسلام قبول کرنے پر آسمان والوں نے بھی خوشیاں منائیں ہیں۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی فکر آخرت

جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو زخمی کردیا گیا تو حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ ان کی خدمت میں حاضر ہوئے اور انہیں تسلی دینے کیلئے عرض کیا ''یا امیر المومنین! آپ کو رسول اللہ ﷺ کی صحبت عطا ہوئی اور آپ نے اس صحبت کا حق ادا کیا کہ جب آپ ان سے جدا ہوئے تو وہ آپ سے راضی تھے اس کے بعد آپ ان لوگوں کے ساتھ رہے اور اب جب آپ ان سے جدا ہو رہے ہیں تو اس حال میں کہ یہ لوگ آپ سے راضی ہیں'' یہ سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا آپ نے رسول اللہ ﷺ کی صحبت کا تذکرہ کیا ہے تو یہ اللہ کی طرف سے میرے اوپر ایک احسان ہے اور جو آپ نے حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کے ساتھ میرے تعلق کا تذکرہ کیا ہے تو یہ بھی اللہ کی طرف سے ایک احسان ہے' بہر حال تم میری جو تکلیف دیکھ رہے ہو یہ تو تم لوگوں کی وجہ سے ہے۔ خدا کی قسم! اگر میرے پاس روئے زمین کے بقدر بھی سونا ہوتا تو میں اسے اللہ کے عذاب سے بچاؤ کیلئے فدیہ میں دے دیتا۔

سردار اہل جنت

حضرت علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں رسول اللہ ﷺ کے ساتھ تھا کہ اتنے میں حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ اور حضرت عمر رضی اللہ عنہ دور سے آتے ہوئے دکھائی دیئے' انہیں دیکھ کر حضور ﷺ نے فرمایا ''یہ انبیاء اور رسولوں کے سوا باقی تمام جنتیوں کے سردار ہیں' اے علی (رضی اللہ عنہ) ان کو نہ بتانا۔ (یعنی جب تک یہ زندہ ہیں)

اے عمر! (رضی اللہ عنہ) اب بات بنی......!

ایک مرتبہ حضور ﷺ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا ہاتھ پکڑے صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین کی ایک جماعت کے ساتھ تھے' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا ''یا رسول اللہ! آپ مجھے میرے نفس کے علاوہ ہر چیز سے زیادہ محبوب ہیں'' حضور ﷺ نے فرمایا: ''نہیں! قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضہ میں میری جان ہے تم اس وقت تک بلند درجہ حاصل نہیں کرسکتے جب تک میں تمہیں تمہارے نفس سے بھی زیادہ محبوب نہ ہو جاؤں۔''

یہ سن کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا ''خدا کی قسم! اگر یہ بات ہے تو آپ ﷺ مجھے میرے نفس سے بھی زیادہ محبوب ہیں۔'' چنانچہ حضور ﷺ نے فرمایا ''ہاں اے عمر! اب بات بنی۔''

ڈاکٹر مہرین' اسلام آباد

دودھ کے دانت اور بچوں کی بیماریاں

بچے اس طرح اپنی یا آپ کی انگلی کو چبانے میں بہت سکون اور خوشی محسوس کرتے ہیں۔ اس کام کیلئے انہیں ربڑ کا رنگ یا ڈاکٹر کے مشورے سے صاف دھلی ہوئی ثابت گاجر یا کوئی ایسی غذائی شے دیں جسے وہ اپنے مسوڑھوں پر رگڑ تو سکے لیکن بآسانی حلق تک نہ لے جاسکے۔

دانت نکلنے کا عمل کئی برسوں تک جاری رہتا ہے یعنی جب تک بچے کے دودھ کے دانت پورے نہ نکل جائیں یہ بچے کے عبوری دانت بھی کہلاتے ہیں۔ ان دانتوں کے بعد مستقل دانت نکلا کرتے ہیں جن میں عقل ڈاڑھ بھی شامل ہے۔

دودھ کے دانت

بچے کا پہلا دانت اس وقت ظاہر ہوتا ہے جب وہ چھ ماہ کے لگ بھگ ہوا کرتا ہے حالانکہ یہ دانت پیدائش سے پہلے ہی تکمیل کے مرحلے میں ہوا کرتا ہے لیکن یہ چھ ماہ کی عمر میں ظاہر ہوتا ہے۔

دانت نکلنے کی بالکل صحیح عمر کا اندازہ یا تعین خاندانی مزاج اور رجحان پر ہوا کرتا ہے۔ چند بچوں کے دانت ذرا جلدی نکل آتے ہیں اور کچھ ایسے بھی ہوتے ہیں جن کا پیدائش کے وقت ہی ایک دانت موجود ہوتا ہے اور ایسا بھی ہوتا ہے کہ ایک سال کا ہونے کے باوجود دانت نہیں نکلتے اور یہ رجحان بھی خاندانی پس منظر کے تحت ہوا کرتا ہے۔

چند بچوں میں دانت نکلنے کا عمل بہت تکلیف دہ بھی ہوا کرتا ہے۔ پہلا دانت عام طور پر اوپر یا پھر نیچے نکلا کرتا ہے اور اس میں درد نہیں ہوا کرتا لیکن اس کے بعد کے دانت جو پری مولرز کہلاتے ہیں وہ بارہ سے پندرہ مہینوں کے درمیان نکلا کرتے ہیں اور ان میں تکلیف ہوا کرتی ہے۔ ان دانتوں کے بعد سولہ سے اٹھارہ مہینوں میں نکلنے والے دانت کینائنز ہوتے ہیں اور اس کے بعد پھر مولرز ہوتے ہیں جن کے نکلنے کی عمر بیس سے چوبیس ماہ ہوا کرتی ہے۔ تین سال کی عمر تک تقریباً ہر بچے کے دودھ کے بیس دانت نکل چکے ہوتے ہیں۔

دانت نکلنے کی ابتدائی علامات

تین ماہ کی عمر کا بچہ تقریباً سب کچھ اپنے منہ میں رکھنے کی کوشش کرتا ہے۔ ☆ بچہ کاٹنے اور زیادہ دیر تک چوسنے کی کوشش کرتا ہے۔ ☆ اس کی اچھل کود اچانک بڑھ جاتی ہے۔

☆ رات کے وقت زیادہ بے چینی کا اظہار کرتا ہے اور دن کے وقت ضدی یا چڑچڑا دکھائی دیتا ہے۔

☆ اس کے مسوڑھے سوجے ہوئے اور سرخ دکھائی دیتے ہیں۔ کبھی کبھی ان پر چھوٹے سفید نشانات نمودار ہو جاتے ہیں۔ جیسے منہ کے چھالے ہوا کرتے ہیں۔ ☆ کبھی کبھی اس کی گال پر ہلکی سی سرخی آجاتی ہے جس طرف دانت نکل رہا ہو۔ ☆ چند بچوں کو ہلکا سا بخار ہو جاتا ہے اور موشن لگ جاتے ہیں۔

کیا کرنا چاہیے؟

ان تمام یا ان میں سے کچھ علامات ظاہر ہونے پر بچے کے مسوڑھے کو اپنی انگلیوں کے ذریعے آہستہ آہستہ رگڑیں۔ بلکہ کوشش کریں کہ بچہ آپ کی انگلی کو چبانے لگے اس طرح اس کے مسوڑھے مضبوط ہو جائیں گے۔

بچے اس طرح اپنی یا آپ کی انگلی کو چبانے میں بہت سکون اور خوشی محسوس کرتے ہیں۔ اس کام کیلئے انہیں ربڑ کا رنگ یا ڈاکٹر کے مشورے سے صاف دھلی ہوئی ثابت گاجر یا کوئی ایسی غذائی شے دیں جسے وہ اپنے مسوڑھوں پر رگڑ تو سکے لیکن بآسانی حلق تک نہ لے جاسکے۔

بچے کو چبانے کیلئے ایسی چیز نہ دیں جس کے کنارے نوکیلے یا تیز ہوں اگر انہیں چوسنے میں تکلیف ہو رہی ہے تو فیڈنگ کے اوقات بڑھا دیں اگر بوتل کے ذریعے دودھ پی رہے ہیں تو زیادہ دودھ اور پانی وغیرہ پلانے کی کوشش کریں۔

اس وقت بچے کی رال بہت بہنے لگتی ہے اور زیادہ رال بہنے کا مطلب یہ ہے کہ بچے کے جسم میں پانی کی کمی ہو رہی ہے۔ زائد مائعات دے کر یہ کمی پوری کریں۔ اس کے مسوڑھے اگر دکھ رہے ہوں تو اپنی چھوٹی انگلی پر جیل (teething gel) لگا کر دودھ پلانے سے پہلے اس کے مسوڑھوں پر لگا دیں۔

اس جیل کا اثر زیادہ سے زیادہ بیس منٹ تک رہ سکتا ہے اور اس دوران بچے کو دودھ یا مشروب وغیرہ پلا دیں۔ مسوڑھوں کا یہ جیل ایک دن میں چھ بار سے زیادہ استعمال نہ کریں اور بچے کو چبانے کیلئے ربڑ کی جو رنگ وغیرہ دے رہی ہیں اس کو اگر ٹھنڈے پانی میں بھگو کر دیں تو اس سے بچے کے مسوڑھوں کی تکلیف کچھ کم ہو سکتی ہے۔

چھ ماہ سے زائد عمر کے بچے کو ایسی چیز کھانے کیلئے دیں جس کے ٹکڑے کٹے ہوئے ہوں تاکہ بچہ انہیں خوب اچھی طرح چبا سکے۔ جیسے ٹوسٹ' گاجر کے ٹکڑے' یا سیب وغیرہ کے ٹکڑے۔ بچہ جس وقت انہیں چبا رہا ہو اس وقت بچے کے پاس ہی رہیں یعنی اس کی دیکھ بھال کرتی رہیں۔

اگر آپ کو یہ شبہ ہو کہ بچے کی یہ بے چینی اور طبیعت کی خرابی اس کے دانت نکلنے کے سبب ہے یا اس کی کوئی اور وجہ ہے تو ڈاکٹر سے رجوع کریں اور اگر اٹھارہ ماہ کے بعد بھی اس کے دانت ظاہر نہ ہوں تو پھر اسے ڈینٹسٹ کے پاس لے جائیں۔

مستقل دانت

چھ سال کی عمر میں پہلے سامنے کے نیچے والے دانت اور اس کے بعد اوپر والے دانت یعنی دودھ کے دانت ڈھیلے ہونے شروع ہو جاتے ہیں پھر ان کی جگہ مستقل دانتوں کے نکلنے کا سلسلہ شروع ہو جاتا ہے۔ پہلے مستقل دانت دودھ کے دانتوں کے پیچھے نکلنا شروع ہوتے ہیں چھ سال کی عمر اور سب سے آخری دانت بارہ سال کی عمر میں نکل آتا ہے یعنی دس سے بارہ سال کی عمر میں مستقل دانت ظاہر ہو جاتے ہیں۔

عقل ڈاڑھ عام طور پر بالغ ہونے کے بعد نکلا کرتی ہے اور یہ دوسرے دانتوں کے درمیان ہوتی ہے۔

دودھ کے دانتوں کی جگہ مستقل دانتوں کے نکلنے کا سلسلہ عام طور پر تکلیف دہ نہیں ہوا کرتا جبکہ کچھ بچوں کیلئے ان دانتوں کا نکلنا بھی آسان نہیں ہوتا یعنی ان کو بہت تکلیف ہوا کرتی ہے۔

وہ بچے جن کے مستقل دانت ٹیڑھے ہوتے ہیں یا جن کے دانتوں کے درمیان خلا ہوتا ہے یا کچھ آڑے ترچھے ہوتے ہیں ان دانتوں کو آرتھوڈینٹسٹ مصنوعی خول کے ذریعے ایک

قرآن نے کمیونسٹ کے آنسو بہا دیئے

حافظ قاسم شہزاد، لاہور

جب قرآن پڑھو تو یوں سمجھو جیسے یہ اللہ نے تمہارے لیے بھیجا ہے اور اللہ پاک براہ راست تمہارے ساتھ خطاب کر رہا ہے اور تمہیں اپنی زبان سے احکامات دے رہا ہے جب اس کیفیت کے ساتھ قرآن پڑھو گے کہ قرآن کا مخاطب میں ہوں تو پھر تمہیں اس کی لذت ملے گی

جمال عبدالناصر نے کئی برس مصر پر حکمرانی کی ہے یہ اس دور کی بات ہے جب سوویت یونین اپنے وقت کی سپر پاور تھی یعنی یہ تقریباً 1978 یا 1979ء کی بات ہے۔ ایک بار جمال عبدالناصر سوویت یونین کے سرکاری دورے پر اپنے وزراء کے وفد کے ساتھ گیا مذاکرات کا دور چل رہا تھا باتوں باتوں میں سوویت یونین کے صدر نے جمال عبدالناصر سے طنزیہ انداز میں پوچھا: ''جمال عبدالناصر ہمارے لیے کیا لائے ہو؟'' سوویت یونین کمیونسٹ ملک تھا یعنی وہ لوگ اللہ کے وجود سے ہی منکر تھے۔ جمال عبدالناصر نے کچھ دیر سوچا اور پھر جواب دیا ''جب اگلی بار آؤں گا تو ایک تحفہ لاؤں گا۔'' روسی صدر نے مسکراتے ہوئے کہا ''میں انتظار کروں گا۔''

کچھ عرصہ بعد جمال عبدالناصر دوبارہ سوویت یونین کی دعوت پر اپنے سرکاری وفد کے ساتھ جانے لگے تو انہوں نے حکم دیا کہ قاری عبدالباسط الصمد (جو کہ دنیا کے سب سے مشہور قرآن کے قاری وفات سے پہلے بھی تھے اور اب بھی ہیں اور جن کی تلاوت پوری دنیا میں اب بھی سنی جاتی ہے) کو بلایا جائے اور ان کو اس وفد میں شامل کیا جائے۔ جب وفد سوویت یونین پہنچا اور پہلے کی طرح جب دونوں صدور آپس میں بیٹھے تو حسب سابق سوویت یونین کے صدر نے پوچھا: ''جمال عبدالناصر! ہمارے لیے کیا لائے ہو؟ آپ نے کہا تھا کہ اگلی بار آپ کیلئے ایک تحفہ لاؤں گا' ایسا کیا تحفہ ہے؟ جو آپ ہمیں دو گے۔''

جمال عبدالناصر نے پراعتماد انداز میں جواب دیا کہ آپ کیلئے واقعی ایک تحفہ لایا ہوں۔ سوویت یونین کے صدر نے اشتیاق سے پوچھا ''وہ کیا تحفہ ہے؟۔'' جمال عبدالناصر نے قاری عبدالباسط (رحمۃ اللہ علیہ) کو بلایا اور سوویت صدر کے سامنے کھڑا کیا اور کہا کہ ''یہ تحفہ ہے'' وہ حیران ہوا' اور پوچھنے لگا ''یہ آپ کیا کہہ رہے ہیں؟ ''جمال عبدالناصر نے قاری عبدالباسط کو کہا ''ان کو تلاوت قرآن سنائیں'' اس وقت سوویت یونین کی تمام کابینہ اور بڑے بڑے وزراء اور مصر کا سرکاری وفد اس ہال میں بیٹھا تھا قاری عبدالباسط ڈائس کے سامنے کھڑے ہوگئے (قاری عبدالباسط فرماتے ہیں کہ میں نے دل ہی دل میں دعا کی کہ اے اللہ! میں تیرے قرآن کی تلاوت کرتے ہوئے کبھی پریشان نہیں ہوا' لیکن آج میرے سامنے تجھے نہ ماننے والے اور تیرے قرآن کا انکار کرنے والے بیٹھے ہیں اور جو اپنی طاقت کو ہی سب کچھ سمجھتے ہیں تو میری زبان میں ایسی تاثیر دے دے جو ان کے دلوں میں اتر جائے' کہتے ہیں کہ میں نے آنکھیں بند کر کے تلاوت شروع کی' مجھے نہیں معلوم کہ میں نے کیسے پڑھا؟ کہاں سے پڑھا؟ ہاں اتنا ضرور معلوم ہے کہ جب میں نے آنکھیں کھولیں تو میرے آنسو بہہ رہے تھے۔) جب قاری عبدالباسط نے تلاوت شروع کی تو کچھ دیر بعد جمال عبدالناصر نے چپکے سے اپنے ساتھ بیٹھے ہوئے سوویت صدر کی طرف دیکھا تو ان کی آنکھوں سے آنسو بہہ رہے تھے جب انہوں نے پیچھے نظریں دوڑائیں تو مصر کے وفد کے ساتھ ساتھ پوری سوویت کابینہ کی آنکھوں سے آنسو بہہ رہے تھے اور وہ ایک دوسرے سے نظریں چرا رہے تھے۔ جب تلاوت ختم ہوئی تو جمال عبدالناصر نے اپنے ہم منصب سے پوچھا کہ قرآن تو ہمارا ہے...... ہماری آنکھوں سے آنسو بہیں تو سمجھ آتا ہے' لیکن آپ کیوں رو رہے تھے؟ سوویت صدر کہنے لگے'' جمال عبدالناصر سمجھ میں تو کچھ بھی نہیں آیا لیکن پتہ نہیں کیوں دل پگھل رہا ہے اور بے اختیار آنسو بہے جا رہے ہیں۔''

علامہ اقبال کہتے ہیں: میں روزانہ صبح تلاوت قرآن کیا کرتا تھا' میرے والد صاحب شیخ نور محمد اکثر میرے پاس سے گزرتے تھے ایک دن رک کر مجھے فرمانے لگے اقبال کسی دن تمہیں بتاؤں گا کہ قرآن کیسے پڑھتے ہیں؟ اتنا کہہ کر وہ آگے بڑھ گئے' اور میں حیران بیٹھا سوچنے لگا کہ میں بھی تو قرآن پڑھ رہا ہوں۔ کچھ دن بعد میں اسی طرح تلاوت کر رہا تھا کہ میرے والد صاحب میرے پاس رکے جب میں خاموش ہوا تو مجھے کہنے لگے'' جب قرآن پڑھو تو یوں سمجھو جیسے یہ اللہ نے تمہارے لیے بھیجا ہے اور اللہ پاک براہ راست تمہارے ساتھ خطاب کر رہا ہے اور تمہیں اپنی زبان سے احکامات دے رہا ہے...... جب اس کیفیت کے ساتھ قرآن پڑھو گے کہ قرآن کا مخاطب میں ہوں تو پھر تمہیں اس کی لذت ملے گی۔'' اقبال کہتے ہیں اس دن کے بعد قرآن کی جو لذت اور جو سرور مجھے ملا وہ اس سے پہلے نہیں ملا تھا اور میں قرآن کو اس طرح پڑھتا ہوں کہ جیسے اللہ پاک میرے سامنے بیٹھے ہیں اور مجھے ہدایات دے رہے ہیں۔ محترم قارئین! رمضان کی مبارک ساعتیں جلوہ افروز ہیں ہم اکثر پڑھتے ہیں کہ اولیاء اللہ روزانہ اتنے پارے یا اتنے قرآن ختم کر لیتے تھے اور ہم سبحان اللہ کہہ کر خاموش ہو جاتے ہیں۔

درج بالا واقعات اس لیے لکھے ہیں کہ قرآن آج بھی وہی ہے اگر قرآن کی حلاوت تمام مذاہب کے انکار کرنے والوں کے دلوں کو موم کر سکتی ہے اور اقبال کو قرآن کے علوم و معارف عطا کر سکتی ہے تو آج کے مسلمان کو قرآن کیلئے قیام اللیل کرنا یعنی تراویح میں کھڑے ہونا اور اس کی تلاوت سے نزول قرآن کے مہینے میں زبان کو تر و تازہ رکھنا مشکل کیوں لگتا ہے؟ اگر ہم بھی اس تصور اور سوچ کے ساتھ قرآن سنیں یا پڑھیں کہ میرا اللہ مجھ سے براہ راست بات کر رہا ہے اور مجھے اپنے احکامات سنا رہا ہے تو یقیناً اس کے سامنے دنیا کی ساری لذتیں ہیچ ہیں اور پھر نوافل کے نام پر یا تراویح کے نام پر کھڑا ہونے میں ہمیں سکون اور مسرت اور روحانی پاکیزگی محسوس ہوگی اور تھکاوٹ کا احساس نہیں ہوگا۔ ہمیں معلوم بھی نہیں ہوگا کہ کتنے پارے ہم نے پڑھ بھی لیے اور دل پھر بھی بھرا نہیں..........!

نماز توبہ

حضرت علیؓ فرماتے ہیں کہ مجھ سے حضرت ابوبکر صدیقؓ نے فرمایا کہ ''میں نے رسول اللہ ﷺ سے سنا ہے آپ فرماتے تھے جس شخص سے کوئی گناہ ہو جائے پھر وہ اٹھ کر وضو کرے' پھر نماز پڑھے پھر اللہ تعالیٰ سے مغفرت اور معافی طلب کرے تو اللہ تعالیٰ اس کو معاف فرما ہی دیتے ہیں۔ **(آسیہ، فیصل آباد)**

رونے کی قدر

حضرت ابوبکر صیدلائی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں میں نے حضرت سلیمان بن منصور بن عمار رحمۃ اللہ علیہ سے سنا' فرماتے تھے میں نے اپنے والد گرامی کو خواب میں دیکھا تو عرض کیا: ''آپ کے رب نے آپ سے کیا معاملہ کیا؟'' فرمایا: ''میرے پروردگار نے مجھے اپنا قرب عطا فرمایا ہے اور کہا ہے اے گناہ گار بوڑھے معلوم ہے میں نے تجھے کیوں بخشا ہے؟'' میں نے عرض کیا: ''یا الٰہی معلوم نہیں۔'' فرمایا: ''تو نے ایک بار لوگوں کیلئے ایک مجلس لگائی تھی اور ان کو رلایا تھا۔ بس میرے بندوں میں سے ایک بندہ بھی رویا تھا جو میرے خوف سے پہلے کبھی نہیں رویا تھا۔ پس میں نے اسے معاف فرما دیا تھا اور اہل مجلس پر اسی کی وجہ سے عنایت کی تھی۔ ان میں سے ایک تو بھی تھا۔'' **(صفیہ خان، لاہور)**

ڈیپریشن سے نجات پانا مشکل نہیں

ثمینہ آصف' لاہور

ڈیپریشن کا مرض محرومیوں' ناکامیوں' مایوسیوں کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ ہمارے ملک میں نوجوان نسل' بزرگ حضرات' خواتین وغیرہ ہر قدم پر محرومیوں' مایوسیوں اور ناکامیوں کا شکار ہوتے ہیں جس کی وجہ سے ڈیپریشن کا مرض بڑھتا جارہا ہے

مایوسی' گھریلو پریشانیاں' مہنگائی' نشہ آور اشیاء کا استعمال' ملک میں ہونے والے دہشت گردی کے واقعات' بجلی و پانی کا شدید بحران روز بروز بڑھتے ہوئے مسائل نے ڈیپریشن کا مرض عام کردیا ہے کچھ سال قبل مہنگائی اور حالات ایسے نہیں تھے لوگ خوشحال زندگی بسر کررہے تھے لیکن جیسے جیسے وقت گزرتا جارہا ہے لوگوں میں نفسیاتی بیماریاں بڑھتی جارہی ہیں۔ ڈیپریشن ایک مہلک بیماری ہے اور اگر یہ شدت اختیار کرجائے تو مریض کی زندگی آہستہ آہستہ ختم ہوجاتی ہے اس کی ذہنی وجسمانی قوت ختم ہوجاتی ہے ایسے فرد کا دنیا کی تمام آسائشوں سے دل بھر جاتا ہے اس کا دل کسی بھی کام میں نہیں لگتا وہ نوکری کرنے کے قابل بھی نہیں رہتا بلکہ اگر مزید تعلیم بھی حاصل کرنا چاہے تو تعلیم بھی حاصل نہیں کرسکتا کیونکہ اس کا ذہن کام نہیں کرتا۔ سوچنے سمجھنے کی تمام صلاحیتیں ختم ہوجاتی ہیں۔ ایسا فرد تنہا رہنا پسند کرتا ہے کسی سے بات چیت نہیں کرتا اپنے گھر والوں سے کنارہ کشی اختیار کرلیتا ہے۔ قریبی رشتوں کو بھی بھول جاتا ہے بلکہ بعض مریض اپنے بچوں سے بھی کنارہ کشی اختیار کرلیتے ہیں۔ لہٰذا خود ڈیپریشن کے مریض کے ساتھ ساتھ اس کا پورا گھرانہ برباد ہوجاتا ہے کیونکہ اگر یہ مرض گھر کے کمانے والے یعنی باپ شوہر جیسے رشتوں کو لاحق ہوجاتا ہے تو وہ اپنے گھر والوں کی ضروریات پوری نہیں کرسکتا۔ زندگی کے کسی بھی شعبے میں کام نہیں کرسکتا اپنے بچوں کے تعلیمی اخراجات پورے نہیں کرسکتا اور بالآخر میاں بیوی کے آپس کے تعلقات خراب ہوجاتے ہیں جس کا اثر ان کی ازدواجی زندگی پر پڑتا ہے اور آہستہ آہستہ ان کے تعلقات بگڑتے جاتے ہیں اور بالآخر طلاق کی نوبت بھی آجاتی ہے۔ ڈیپریشن کا مرض زیادہ شدت اختیار کرجائے تو مریض گھر والوں پر غصہ' شک' بلاوجہ لڑائی جھگڑا کرتا ہے اور پھر ایسے مریض کو اس کے گھر والے مجبور ہوکر ذہنی ونفسیاتی ہسپتالوں میں داخل کروادیتے ہیں جہاں ان کے ساتھ اچھا سلوک نہیں کیا جاتا جس سے یہ مرض مزید بگڑ جاتا ہے۔ ایسے مریضوں سے بھائی' بہن' بیوی' بچے اور رشتے دار سب دور ہوجاتے ہیں۔

ڈیپریشن کا مرض محرومیوں' ناکامیوں' مایوسیوں کی وجہ سے پیدا ہوتا ہے۔ ہمارے ملک میں نوجوان نسل' بزرگ حضرات' خواتین وغیرہ ہر قدم پر محرومیوں' مایوسیوں اور ناکامیوں کا شکار ہوتے ہیں جس کی وجہ سے ڈیپریشن کا مرض بڑھتا جارہا ہے اس کے علاوہ کچھ علامات اس کے پیدا ہونے کی بھی ہیں دن میں دیر سے اٹھنا' راتوں کو دیر تک جاگنا' چڑچڑا پن' غصہ' گھبراہٹ۔ اس کے علاوہ شور کی آلودگی' ٹریفک کا شور' دھواں یہ سب چیزیں انسانی صحت کیلئے مضر ہیں جو انسان کے دماغ پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ خواتین میں ڈیپریشن کے بڑھنے کی وجوہات بھی بہت سی ہیں اگر شوہر اور بیوی کے آپس کے تعلقات ناخوشگوار ہوں' گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑے رہتے ہوں تو اس کا اثر ان کے بچوں پر بھی پڑتا ہے۔

تفریح انسانی زندگی کی صحت کیلئے بہت ضروری ہے۔ گھریلو خواتین گھر کے کام کاج کرکے تھک جاتی ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ گھروں کے اور بھی بہت سارے مسائل ہوتے ہیں جن کا وہ شکار ہوتی ہیں اور فارغ اوقات میں ان کی سوچوں میں اضافہ ہوجاتا ہے لہٰذا ایسی خواتین کو تھوڑا سا ماحول بدلنا چاہیے باہر کہیں گھومنے پھرنے چلی جائیں یا کہیں پرفضاء مقام پر تفریح کیلئے چلی جائیں' اپنی فیملی کے ہمراہ اس سے ان کو تھوڑا سا ذہنی وجسمانی سکون میسر ہوگا اور وہ ڈیپریشن سے جلد چھٹکارا حاصل کرلیں گی۔ آج کل کے دور میں خصوصاً والدین میں ڈیپریشن بڑھنے کی خاص وجہ ان کے بچوں کی نافرمانیاں ہیں۔ آج کل کے بچے پہلے جیسے نہیں ہیں لہٰذا والدین سے بہت زیادہ نافرمانی بھی کرتے ہیں ان کا کہنا نہیں سنتے جس کی وجہ سے والدین ٹینشن لیتے ہیں اور یہی ٹینشن بہت زیادہ بڑھ جائے تو ڈیپریشن کی صورت اختیار کرلیتی ہے اس مرض کا علاج اگر فوری کرلیا جائے تو بہتر ہے۔

مریض خود بھی اپنے ماحول کو بدلے خود کو زیادہ سے زیادہ مصروف رکھے سوچیں فارغ رہنے والوں کو زیادہ آتی ہیں اپنی بیماری کو اپنے اوپر حاوی نہ کریں اپنے ذہن کو غیر ضروری سوچوں سے دور رکھیں۔ ٹینشن زیادہ نہ لیں۔ اللہ تعالیٰ کی یاد میں اپنے آپ کو مصروف رکھیں۔ نماز' روزے کی پابندی کریں۔

ہم ان تمام حالات کا جائزہ لیں جن سے یہ تمام اسباب پیدا ہوتے ہیں۔ اگر اردگرد کا ماحول خوشگوار ہوگا تو ذہن تروتازہ رہے گا اور وہ اپنے فرائض خوش اسلوبی سے انجام دے سکیں گے جس کے باعث لوگ ڈیپریشن جیسے مرض کا بھی شکار نہیں ہوں گے اور نہ ہی نفسیاتی مریض کہلائیں گے۔ لہٰذا ہمارے معاشرے سے ڈیپریشن کا خاتمہ اسی طرح ہوسکتا ہے جب تمام افراد مل جل کر تعاون کریں۔ ڈیپریشن پیدا کرنے والی علامات پر غور وفکر کریں اور تمام مسائل کا حل تلاش کریں۔ درج ذیل طریقوں سے ذہنی دباؤ کو قابو میں لایا جاسکتا ہے۔

☆ ذہنی دباؤ کم کرنے کا بہترین طریقہ اپنے احساسات کو اپنے کسی اچھے دوست کو بتانا ہے۔ لیکن اس کیلئے ضروری ہے کہ ایک دوسرے کی باتوں کو سمجھنے کیلئے رویوں میں لچک رکھی جائے۔

☆ ذہنی سکون حاصل کرنے کا ایک اچھا طریقہ سانس کی مشقیں ہیں۔ مراقبے کے ذریعے یکسوئی بھی ذہنی دباؤ سے نجات دلاتی ہے۔ ☆ ذہنی دباؤ کے وقت وہ کام کریں جس سے آپ محظوظ ہوتے ہیں۔ ایسے مشاغل جو خوشی کا باعث ہوں وہ ذہنی دباؤ کو بہت حد تک ختم کردیتے ہیں۔

☆ اپنی سوچوں کو ہمیشہ مثبت رکھیں اگر کسی صورتحال پر آپ قابو نہیں رکھتے تب اس حقیقت کا اقرار کیجئے۔ بلاوجہ کسی شخص کے بارے میں منفی خیالات رکھنے سے ذہنی دباؤ کا پیدا ہونا فطری امر ہے۔

☆ اپنا خیال رکھیے۔ کام اور آرام میں توازن ذہنی دباؤ سے بچاتا ہے۔ کام کی مصروفیت میں اپنے آپ کو مت بھول جایئے۔ یہ اشد ضروری ہے۔ ☆ حرکت میں برکت ہے ذہنی دباؤ کو کم کرنے کا ایک اچھا طریقہ حرکت میں رہنا ہے۔ اگر آپ آفس میں ہیں تو ایک کمرے سے دوسرے کمرے تک آنا جانا ہاتھوں اور بازوؤں کو ہلکے پھلکے انداز میں ہلانا یا اس طرح کی کوئی دوسری مشق کرنا ذہنی دباؤ کو آپ سے دور رکھتا ہے۔

☆ قرآن کی تلاوت بلند آواز میں کریں۔

کالے ہونٹوں کا علاج

ایک کپ ناریل کا خالص تیل لے کر اس میں آدھا کپ تازہ لیموں کا عرق شامل کرلیں۔ دن میں تین سے چار مرتبہ روئی کی مدد سے ہونٹوں پر لگائیں ان شاء اللہ جلد ہی فرق محسوس ہوگا۔ اس کے علاوہ چقندر کا ٹکڑا کاٹ کر دن میں دوبار ہونٹوں پر رگڑنے سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔ (ڈاکٹر خالد محمود' اسلام آباد)

رمضان کے بہترین مشروبات

محمد اکرام، فیصل آباد

موسم گرما کیلئے لسی عمدہ مشروب ہے ماہرین طب کی رائے میں دہی دودھ سے بہتر غذا ہے دہی پیٹ کے مضر جراثیم کو ہلاک کرتی ہے لسی بدن کی گرمی کو دور کرتی ہے اور بدن کو طاقت دیتی ہے۔ مگر لسی نمکین ہونی چاہیے نمک ٹھنڈا ہوتا ہے

موسم کا تقاضا ہے کہ اگست کے اس گرم اور مرطوب موسم میں بڑی احتیاط برتی جائے۔ اس موسم میں صحت کے دو دشمن یعنی مکھیاں اور مچھر بہت سرگرم رہتے ہیں۔ ان کا مقابلہ کرنے کیلئے گلی کوچوں کا صاف رکھنا بہت ضروری ہے۔ گڑھوں اور جوہڑوں کی صفائی کے ذریعے ہی سے ان کی افزائش کا سلسلہ رک سکتا ہے۔

جولائی اور اگست میں باران رحمت کا سلسلہ شروع ہوجاتا ہے۔ اسی کے ساتھ گرمی اور حبس کی وجہ سے پسینہ خوب آتا ہے اور پیاس بڑھ جاتی ہے۔ صاف پانی پی کر ہی ہم جسم کو سیراب اور صحت کو برقرار رکھ سکتے ہیں۔ لیکن قدرت خداوندی سے اس بار اگست میں رمضان المبارک آرہا ہے لہٰذا سحری اور افطار میں فطری مشروب کا استعمال کرنا مناسب ہے۔ بوتل بند پانی پر بھروسہ نہیں کرنا چاہیے اور تھوڑی زحمت اور توجہ کرکے پانی ابال کر پینا چاہیے۔ اس موسم میں یوں تو بھوک کم لگتی ہے لیکن جسم کیلئے ضروری غذائی اجزاء کی فراہمی بہت ضروری ہوتی ہے۔ ان سے محرومی جسم کو کمزور کردیتی ہے اور اس طرح ہم امراض کو جسم پر قابو پانے میں مدد فراہم کرتے ہیں۔

اس موسم میں دیگر قسم کے پھلوں کے علاوہ سب سے زیادہ مقبول پھل آم ہوتا ہے۔ جنت کے اس میوے کا استعمال مناسب احتیاط کے ساتھ کرنا چاہیے۔ گلے سڑے پھلوں خاص طور پر بہت زیادہ پکے آموں کے استعمال سے بچنا چاہیے۔ آم اچھی طرح دھوکر اور ٹھنڈے کرکے استعمال کرنے چاہئیں کاٹنے کے بعد انہیں مکھیوں سے بچایئے اور حلق تک ٹھونس کر نہ کھایئے۔ آم کھانے کے بعد آٹھ دس جامن کھایئے یا پھر دودھ کی لسی پی لیجئے۔ یوں جسم کو مکمل غذا کی فراہمی یقینی ہوجاتی ہے۔

اس موسم میں ورم جگر (ہیپاٹائٹس) کی شکایت بڑھ سکتی ہے اس لیے احتیاط اور بھی زیادہ کرنی چاہیے۔ کھلے کٹے پھلوں سے خود بھی بچیئے اور خاص طور پر بچوں کو ان کے استعمال سے روکیے۔ احتیاط نہ کرنے کی صورت میں بچے، بوڑھے اور جوان اسہال اور قے کے شکار بھی ہوجاتے ہیں۔

کھانا تازہ اور گرم کھانا چاہیے۔ اس کے ساتھ لیموں، سرکے، املی، آلو بخارے یا پودینے کی چٹنی ضرور کھانی چاہیے۔ اچھی قسم کے سرکے میں کٹی ہوئی پیاز، ادرک، لہسن، کشمش، چھوارے، پودینے کی پتیاں تھوڑے نمک کے ساتھ ملا کر رکھ لیجئے اور بعد نماز مغرب کھانے کے دوران ان کا استعمال کیجئے۔ آپ اس طرح ہضم کی خرابی اور متلی وغیرہ سے بچے رہیں گے۔ صحت اچھی، جسم توانا اور محفوظ رہے گا تو ہر طرف نظر آنے والا سبزہ دھلے اور صاف ستھرے درخت غرض ہر چیز اچھی لگے گی۔

نیز کم از کم ایک وقت ضرور کسی اچھے جراثیم کش صابن اور صاف پانی سے ضرور نہایئے اور سوتی کپڑے پہنئے۔ دن میں مکھیوں اور رات کو مچھروں سے بچیئے۔

بہترین مشروب

ماہرین طب کی رائے میں بہترین مشروب پانی ہے انسانی جسم میں ستر فیصد پانی ہے ہر روز ایک بالغ فرد کے جسم سے تقریباً اڑھائی تین لیٹر پانی خارج ہوتا ہے پانی جسم کے کیمیائی افعال کیلئے ضروری ہے غذا کو ہضم کرتا ہے فضلات کا اخراج کرتا ہے۔ بدن کے درجہ حرارت کو بڑھنے نہیں دیتا اور یکساں رکھتا ہے۔ موسم گرما میں پانی زیادہ مقدار میں پینا چاہیے۔ تیزابی مادہ، گردہ، بواسیر کے مریضوں کو زیادہ سے زیادہ مقدار میں پانی کا استعمال کرنا چاہیے جو حضرات شب و روز پنکھے کی ہوا سے لطف اندوز ہوتے ہیں انہیں پانی کی زیادہ مقدار کی ضرورت ہے پنکھے کی ہوا جسم کی رطوبت خشک کرتی ہے اس طرح جسم میں پانی کی مقدار کم ہوجاتی ہے۔ بدن میں پانی کی مقدار کم ہونے سے مختلف عوارض لاحق ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے موسم گرما میں ٹھنڈا پانی پینا چاہیے مگر زیادہ ٹھنڈا پانی مضر ہے۔ پانی کے علاوہ شربت ٹھنڈائی، سوڈا واٹر، فالودہ، جو کا ستو، لیموں کی سکنجبین، املی آلو بخارا کا پانی، جو کا پانی، گنے کا رس، شکر کا شربت، لسی، دودھ سوڈا، تخم بالنگو اور اسپغول، چائے، پھلوں کا رس، مشروبات کے طور پر مستعمل ہیں اور افطار کیلئے بہترین قدرتی اور ذائقے دار مشروب ہیں۔

موسم گرما کیلئے لسی عمدہ مشروب ہے ماہرین طب کی رائے میں دہی دودھ سے بہتر غذا ہے دہی پیٹ کے مضر جراثیم کو ہلاک کرتی ہے لسی بدن کی گرمی کو دور کرتی ہے اور بدن کو طاقت دیتی ہے۔ مگر لسی نمکین ہونی چاہیے نمک ٹھنڈا ہوتا ہے اس طرح لسی کا دوگنا فائدہ ہوتا ہے لسی پتلی ہونی چاہیے زیادہ گاڑھی مفید نہیں ہے موسم گرما میں شربت بزوری بھی مفید مشروب ہے۔ پیشاب میں جلن یا زیادہ حدت محسوس کریں تو شربت بزوری استعمال کریں دیگر شربت بھی فائدہ مند ہیں زیادہ گرمی محسوس ہونے کی صورت میں ٹھنڈائی استعمال کریں۔ پہلوان ورزش کیلئے ٹھنڈائی استعمال کرتے ہیں۔ ٹھنڈائی کا نسخہ حسب ذیل ہے۔

مغز بادام 7 عدد، مغز تخم خیارین 3 گرام، خشخاش 3 گرام، مغز تخم کدو 3 گرام، سونف 3 گرام، سیاہ مرچ 7 عدد، ایک پاؤ دودھ میں گھوٹ کر چھان لیں اور چینی سے میٹھا کرکے استعمال کریں۔

یہ مشروبات میں زیادہ مقبول اور مقوی شربت ہے۔ تسکین دینے کے علاوہ جسم کی تقویت کا سامان کرتا ہے۔ آش جو کا شمار موسم گرما کے بہترین مشروبات میں ہوتا ہے جو کے ستو میں ٹھنڈا پانی اور دیسی شکر کا اضافہ کرتے ہیں۔ جو کا پانی (آش جو) موسم گرما میں مفید ہے۔

ایک چھٹانک جو کو تین کلو پانی میں پکائیں ایک دو جوش آنے کے بعد اتار کر ٹھنڈا کریں اور پھر اسے استعمال میں لائیں پیشاب کی جلن میں مفید ہے۔ بعض حضرات جو کے پانی کے بجائے بیئر استعمال کرتے ہیں بیئر بے شک جو سے بنتی ہے مگر اس میں الکوحل ہوتا ہے جو صحت کیلئے بے حد مضر ہوتا ہے شکر کا شربت گرمیوں میں عام استعمال ہوتا ہے شکر ٹھنڈی ہونے کے علاوہ مقوی بدن کیلئے گلوکوز کا کام دیتی ہے، یہ مشروب قبض کشا بھی ہے رمضان میں صبح یا افطار کے وقت شربت تخم بالنگو اور اسپغول کا استعمال کریں۔

موسم سب اچھے ہوتے ہیں لیکن ان کے اپنے تقاضے بھی ہوتے ہیں جو تھوڑی توجہ اور محنت سے پورے کیے جاسکتے ہیں۔ صحت بڑی دولت ہوتی ہے اس کی قدر اور حفاظت سب کا فرض ہوتا ہے۔ اپنی اور گھر والوں کی صحت کا خیال رکھیے۔ آپ بڑی زحمت سے محفوظ رہیں گے۔ ورزش، متوازن غذا اور اچھا صاف پانی ہر موسم کی ضرورت ہے۔

عبقری 62 دوسرے رمضان تک کفارہ: حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد مبارک ہے کہ رمضان کے روزے دوسرے رمضان تک کے وقفے کیلئے کفارہ ہیں۔

رمضان کے لمحات اور بہترین عبادات

پچیسویں رات کو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور پندرہ پندرہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فراغت کے بعد ستر مرتبہ دوسرا کلمہ پڑھے۔ گناہوں سے معافی عطا ہو گی

پہلی شب: رمضان المبارک کے مہینہ کی پہلی شب کو نمازِ عشاء کے بعد ایک مرتبہ سورۂ فتح پڑھنا ثوابِ عظیم حاصل کرنے کا باعث ہے۔ رمضان المبارک کی پہلی شب نماز تہجد کی ادائیگی کے بعد آسمان کی طرف چہرہ کرکے بارہ مرتبہ یہ دعا پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ بہت سی نعمتیں حاصل ہوں گی۔ اللہ تعالیٰ خصوصی فضل وکرم نازل فرمائے گا۔ **لَآ اِلٰـهَ اِلَّا اللّٰهُ الْحَيُّ الْقَيُّوْمُ الْقَآئِمُ عَلٰى كُلِّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ**

شب قدر میں عبادت کا انعام: حضرت انس رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جب شب قدر آتی ہے تو جبرئیل علیہ السلام ملائکہ کی جماعت کے ساتھ آتے ہیں اور ہر اس بندہ کیلئے دعائے مغفرت کرتے ہیں جو کھڑے ہو کر یا بیٹھ کر اللہ تعالیٰ کے ذکر میں مشغول رہتا ہے۔ پھر جب انہیں عید الفطر کا دن نصیب ہوتا ہے تو اللہ تعالیٰ اپنے ان بندوں پر اپنے فرشتوں کے سامنے اپنی خوشنودی کا اظہار کرتا ہے اور فرماتا ہے کہ اے میرے فرشتو! اس مزدور کی اُجرت کیا ہے جو اپنا کام پورا کر دے۔ فرشتے عرض کرتے ہیں کہ اے ہمارے رب! اس کی اجرت یہ ہے کہ اس کو پورا معاوضہ دیا جائے۔ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ اے میرے فرشتو! میرے بندوں اور میری لونڈیوں نے (میرے مقرر کئے ہوئے) فرض کو ادا کر دیا ہے اب وہ گھروں سے دعا کیلئے عید گاہ کی طرف نکلے ہیں، مجھے قسم ہے اپنی عزت کی، اپنے جلال، اپنی بخشش و رحمت، اپنی عظمتِ شان اور اپنی رفعتِ مکان کی کہ میں ان کی دعاؤں کو قبول کروں گا۔ پھر اللہ تعالیٰ فرماتا ہے اے میرے بندو! اپنے گھروں کو لوٹ جاؤ میں نے تم کو بخش دیا اور تمہاری برائیوں کو نیکیوں میں تبدیل کر دیا۔ حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے فرمایا کہ پس مسلمان واپس ہوتے ہیں عید گاہ سے اس حال میں کہ ان کے گناہ بخش دیئے جاتے ہیں۔ **(بیہقی)**

شب قدر کی دعا: حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ میں نے حضور سرور کائنات صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم سے پوچھا کہ یا رسول اللہ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم! اگر مجھے شب قدر معلوم ہو جائے تو میں اس میں کیا کروں؟ آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ یہ دعا پڑھو۔

اَللّٰهُمَّ اِنَّکَ عَفُوٌّ تُحِبُّ الْعَفْوَ فَاعْفُ عَنِّیْ (ترمذی شریف)

ترجمہ: اے اللہ! تو معاف کرنے والا ہے معاف کرنا تجھے پسند ہے پس تو معاف فرما دے۔

اکیسویں شب: رمضان المبارک کی اکیسویں رات کو اکیس مرتبہ سورۂ قدر پڑھنے سے ثوابِ عظیم حاصل ہوتا ہے۔ رمضان المبارک کی اکیسویں رات کو دو نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ستر مرتبہ دُرود پاک اور ستر مرتبہ استغفار پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہو گی اور اللہ تعالیٰ اس رات کی برکات سے یہ نماز پڑھنے والے کو بخش دے گا۔ اکیسویں شب کو ہی چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ القدر اور ایک مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ سلام پھیرنے کے بعد ستر مرتبہ دُرود پاک پڑھے۔ اللہ تعالیٰ کے فضل وکرم سے فرشتے اس نماز کے پڑھنے والے کی مغفرت کیلئے دعا کریں گے۔

تیئسویں شب: رمضان المبارک کی تیئسویں رات کو نماز عشاء و نماز تراویح کی ادائیگی کے بعد ایک مرتبہ سورۃ یاسین اور ایک مرتبہ سورۃ رحمٰن پڑھنا باعث برکت و فضیلت ہے۔ تیئسویں رات کو چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۃ القدر اور تین تین مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد نہایت توجہ و یکسوئی کے ساتھ ستر مرتبہ دُرود پاک پڑھے۔ بفضل باری تعالیٰ گناہوں کی معافی عطا ہو گی۔

پچیسویں شب: رمضان المبارک کی پچیسویں رات کو سات مرتبہ سورۃ فتح پڑھنا فضیلت و برکت کا باعث ہے۔ پچیسویں رات کو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۃ القدر اور پندرہ پندرہ مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فراغت کے بعد ستر مرتبہ دوسرا کلمہ پڑھے۔ گناہوں سے معافی عطا ہو گی۔

ستائیسویں شب: حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس نے رمضان المبارک کے مہینہ کی ستائیسویں رات صبح ہونے تک عبادت میں گزاری وہ مجھے رمضان المبارک کی تمام

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 7 اگست بروز اتوار فجر سے اشراق کے وقت تک، 18 اگست بروز جمعرات دوپہر 11 تا 12 بجکر 17 منٹ تک 25 اگست بروز جمعرات دوپہر 2 تا 3 بجکر 23 منٹ تک سورۂ اخلاص پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ **2**- خواتین ناپاکی کے ایام میں روحانی محفل میں شرکت نہیں کر سکتی ہیں۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے یہ روحانی محفل مہینے میں صرف ایک بار ہی بمشکل نصیب ہوتی ہے۔ اس بار بھی میں نے چونکہ بیماری کی وجہ سے ہفتے کو چھٹی کی ہوئی تھی اس لیے اس میں شرکت کی تھی۔ حکیم صاحب میں آپ کو بتا نہیں سکتی کہ مجھے اس روحانی محفل میں کتنا سکون ملتا ہے۔ ایسا محسوس ہوتا ہے کہ اللہ تعالیٰ میرے اوپر اپنی رحمتوں کی بارش برسا رہے ہیں اور تقریباً ڈیڑھ گھنٹے کی محفل کے (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

شاہ فضل علی قریشیؒ کے روحانی وظائف

اگر کسی کا جگر کام نہ کرتا ہو اسے پیلیا ہوگیا ہو یا کھانا ہضم نہ ہوتا ہو' یا اس کے چہرے اور پاؤں پر ورم آگیا ہو تو ایسی تمام صورتوں میں مندرجہ ذیل آیت باوضو ایک کاغذ کے ٹکڑے پر لکھ کر موم جامہ کرکے مریض کے گلے میں ڈال دے

سبق آسانی سے یاد ہو' حافظ قوی ہو

اگر کوئی بچہ کند ذہن ہو اور اس کا دماغ کمزور ہو اور اسے سبق یاد نہ ہوتا ہو یا قرآن پاک حفظ کررہا ہو اور اس دوران پچھلا سبق بھول جاتا ہو تو اس کیلئے مندرجہ ذیل آیت باوضو ایک کاغذ پر لکھے اور اس کاغذ کو لپیٹ کر اپنی کتاب میں سبق کی جگہ رکھ لے یا قرآن مجید حفظ کررہا ہے تو قرآن مجید کے اس مقام پر رکھ لے جہاں اس کا سبق ہے انشاء اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے سبق جلد یاد ہوگا اور پڑھا ہوا اور حفظ کیا ہوا یاد رہے گا اور حفظ اور فہم بہت کامل ہوجائے گی۔ وہ آیت ہے:۔

وَاِذْ نَتَقْنَا الْجَبَلَ فَوْقَهُمْ كَاَنَّهٗ ظُلَّةٌ وَّ ظَنُّوْۤا اَنَّهٗ وَاقِعٌۢ بِهِمْ ۚ خُذُوْا مَاۤ اٰتَيْنٰكُمْ بِقُوَّةٍ وَّاذْكُرُوْا مَا فِيْهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُوْنَ ○ (اعراف 171)

اولاد کیلئے

اگر کوئی عورت بانجھ مشہور ہو اور حمل نہ ٹھہرتا ہو تو مندرجہ ذیل آیت باوضو کوئی سنار چاندی کی تختی پر کندہ کردے اور اس تختی کو پلاسٹک کوٹنگ کراکے (تعویذ کی طرح) وہ عورت اپنی چوٹی میں باندھ لے اس دوران اپنے مرد سے قربت کرتی رہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد حاملہ ہوگی۔ وہ آیت یہ ہے:۔ اِنَّ اللّٰهَ فَالِقُ الْحَبِّ وَالنَّوٰى ؕ يُخْرِجُ الْحَىَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَمُخْرِجُ الْمَيِّتِ مِنَ الْحَىِّ ؕ ذٰلِكُمُ اللّٰهُ فَاَنّٰى تُؤْفَكُوْنَ ○ (الانعام 95)

جان واولاد کی حفاظت کیلئے

جو شخص کسی دشمن سے اپنی یا اپنی اولاد کی جان کو خطرے میں محسوس کرتا ہے یا اسے وہم ہے کہ اس کی یا اس کی اولاد کی جان محفوظ نہیں ہے تو اسے چاہیے کہ مندرجہ ذیل آیت کو باوضو کسی سنار سے چاندی کی تختی پر نقش کرالے اور چالیس مرتبہ یہی آیت باوضو پڑھ کر اس تختی پر دم کردے اور وہ چاندی کا ٹکڑا انگوٹھی میں نگینے کے نیچے رکھ لے۔ اس انگوٹھی کو اپنے ہاتھ کی انگلی میں پہن لے اور کبھی نہ اتارے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جان ومال اور اولاد محفوظ رہیں گے۔ وہ آیت یہ ہے:۔

اِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَاِنَّا لَهٗ لَحٰفِظُوْنَ ○ (الحجر 9)

ظالم کے ظلم سے محفوظ رہنے کیلئے

اگر کسی کا معاملہ ظالم آفیسر سے پڑ گیا ہو جو بات بات پر ڈانٹ ڈپٹ کرتا ہو اور ہر وقت بے عزت کرتا ہو یا اور کسی ظالم سے اختلافات چل رہے ہوں اور اس کا سامنا ہونے سے جان کا خطرہ محسوس ہوتا ہو تو جب اس ظالم آفیسر کے پاس جائے یا ظالم شخص سے سامنا ہو تو معوذتین پڑھ لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ان سورتوں کی برکت سے اس ظالم کے شر اور شرارت سے محفوظ رہے گا اور وہ اسے کسی قسم کا نقصان نہ پہنچا سکے گا۔

(معوذتین سورۃ الفلق اور سورۃ الناس کو کہتے ہیں)

جگر کی خرابی کا علاج

اگر کسی کا جگر کام نہ کرتا ہو اسے پیلیا ہوگیا ہو یا کھانا ہضم نہ ہوتا ہو' یا اس کے چہرے اور پاؤں پر ورم آگیا ہو تو ایسی تمام صورتوں میں مندرجہ ذیل آیت باوضو ایک کاغذ کے ٹکڑے پر لکھ کر موم جامہ کرکے مریض کے گلے میں ڈال دے اور یہی آیت چینی کے بغیر پھول والی پلیٹوں پر عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے باوضو لکھے اور ایک پلیٹ روزانہ پانی سے دھو کر نہار منہ (صبح کچھ کھانا نہ ہو) مریض کو پلائیں۔ چند دن کے علاج سے انشاء اللہ تعالیٰ مریض کو فائدہ ہوگا اور وہ صحت یاب ہوجائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ. قُلْ لَّوْ كَانَ الْبَحْرُ مِدَادًا لِّكَلِمٰتِ رَبِّىْ لَنَفِدَ الْبَحْرُ قَبْلَ اَنْ تَنْفَدَ كَلِمٰتُ رَبِّىْ وَلَوْ جِئْنَا بِمِثْلِهٖ مَدَدًا ○ (الکهف 109)

مرگی کا دورہ دور کرنا

اگر خدانخواستہ کسی کو مرگی کا دورہ پڑتا ہو تو اس دورہ سے خلاصی کیلئے مندرجہ ذیل کلمات باوضو تین بار پڑھ کر مریض پر دم کریں (مریض کے جسم پر پھونک ماریں) اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ دورہ ختم ہوگا اور مریض صحیح حالت میں آجائے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ. الٓمٓصٓ ○ طٰسٓمٓ ○ كٓهٰيٰعٓصٓ ○ يٰسٓ ○ وَالْقُرْاٰنِ الْحَكِيْمِ ○ حٰمٓ ○ عٓسٓقٓ. نٓ وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُوْنَ ○

تیسرے دن کا بخار

اگر کسی کو ایک دن چھوڑ کر اگلے دن (یعنی تیسرے دن) کا بخار آتا ہو تو سورۂ الم نشرح (پارہ 30) ایک مرتبہ پڑھ کر پاک روئی پر دم کریں اور اسے بیمار کے کانوں کے سوراخوں میں لگوادیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ تیسرے دن کا بخار آنا بند ہوجائے گا اور مریض تندرست ہوجائے گا۔

نظر بد' جنات کا سایہ دیگر بیماریوں کا علاج

بچوں کی نظر بد سے حفاظت' جنات کے اثرات سے بچاؤ اور بہت سی بیماریوں سے (چیچک' خسرہ' انفلوئنزا ہیضہ وغیرہ کی وباء سے) حفاظت کیلئے مندرجہ ذیل الفاظ تین مرتبہ پڑھ کر کالے دانے پر یا لوبان کو کوئلے کی آگ پر تھوڑا تھوڑا ڈال کر اس کی دھونی تمام مکان میں دن میں دوبار صبح سورج نکلنے کے بعد شام کو سورج غروب ہونے سے پہلے' دھونی کے الفاظ یہ ہیں:۔

عَلِيْقًا. مَلِيْقًا. تَلِيْقًا. اَنْتَ تَعْلَمُ مَا فِىْ قُلُوْبِهِمْ.

گردہ اور مثانے کی پتھری دور کرنے کیلئے

نرم پتے مولی کے جس قدر آپ کھاسکیں کھاتے رہیں اس عمل سے بیس بائیس دن میں پیشاب کے راستے پتھری خارج ہوجاتی ہے۔ **(شمائلہ طارق' گجرات)**

رمضان المبارک میں پیاس ختم

حکیم صاحب یہ میرا آزمایا ہوا نسخہ ہے جو آٹھ، نو سال سے آزماتا چلا آرہا ہوں جس آدمی نے روزہ رکھنا ہو اور وہ یہ چاہے کہ اسے پیاس نہ ستائے وہ یہ عمل کرلے۔ مجھے اللہ تعالیٰ کی ذات پر یقین ہے اسے انشاء اللہ پیاس نہیں ستائے گی وہ عمل یہ ہے جب سحری کا وقت ہو تو 3 عدد کھجوریں لے لیں۔ پہلی کھجور سے گٹھلی نکال لیں اور منہ میں ڈال کر دانتوں سے چبالیں پھر پانی کا ایک گھونٹ منہ میں ڈال کر ایک سے دو منٹ تک کھجور کے ذروں کو پانی کے ساتھ منہ کے اندر دائیں بائیں پھیرتے رہیں پھر دوسری کھجور نگل لیں۔ پھر تیسری مرتبہ بھی کھجور نگل لیں۔ انشاء اللہ سارا دن پیاس بھی نہیں ستائے گی اور بھوک بھی روزے کی حالت میں محسوس نہیں ہوگی۔ یہ میرا چند سالوں کا آزمایا ہوا عمل ہے جس پر میں ہر سال رمضان میں عمل کرتا ہوں کیونکہ مجھے پیاس بہت لگتی ہے۔ حضور نبی کریم ﷺ بھی اور صحابہ کرامؓ بھی سحری اور افطار کھجور اور پانی سے کیا کرتے تھے۔ میں اس عمل کی برکات سمجھتا ہوں جو بھی اس پاکیزہ عمل کو کریگا وہ ضرور اس کا فائدہ حاصل کریگا۔ **(محمد عارف' حویلیاں پھلانوالی)**

میٹھا، دل کی تفریح وتقویت کا سامان

فوزیہ، اوکاڑہ

موسمی بخاروں میں اس کا استعمال انتہائی مفید ہے اور میٹھا جگر کے لیے تو خاص پھل ہے۔ منہ کڑوا ہو اور جگر کا فعل درست نہ ہو تو یہ جگر کی اصلاح کرتا ہے اور جگر کیلئے بے حد فائدہ مند ہے۔ طبیعت کو سکون دیتا ہے۔ معدہ کی اصلاح کرتا ہے

اللہ تعالیٰ نے پاکستان کو انواع واقسام کی نعمتوں سے نوازا ہے۔ اس ملک کا گوشہ گوشہ گلستان ہے۔ یہاں کی مٹی زرخیز اور کسان جفاکش ہیں۔ آب وہوا میں بڑا تنوع ہے۔ دنیا کے تقریباً تمام پھل پاکستان کی سرزمین پر پیدا ہوتے ہیں۔ پاکستان کی آغوش میں بہترین ترشادہ پھل (سٹرٹ فروٹ) پیدا ہوتے ہیں۔ ترشادہ پھلوں کے خاندان میں لیموں، سنگترہ، کنو، چکوترا، فروٹر، مالٹا، مسمی پھل شامل ہیں۔ ترشادہ پھلوں میں حیاتین اور دیگر غذائی اجزاء بڑی مقدار میں ہوتے ہیں۔ یہ حیاتین ج سے بھرپور ہیں۔ اکثر ترشادہ پھل ترش ہوتے ہیں اور ان کی ترشی خون میں چونے کے اجزاء کو کم کردیتی ہے۔ اس بناء پر اطباء کرام نزلہ، زکام، کھانسی اور دیگر بلغمی امراض میں ترشادہ پھلوں کے استعمال کی اجازت نہیں دیتے۔ ترشادہ پھلوں کے خاندان میں میٹھا اور مسمی دو ایسے پھل ہیں جو ترش نہیں ہیں۔

میٹھا اور مسمی کو استعمال کرنے سے ہم ترشادہ پھلوں کے استعمال سے بہرہ مند ہوسکتے ہیں اور ان کے مضر اثرات سے بھی محفوظ رہ سکتے ہیں۔

موسم کے اثرات سے انسانی بدن میں مختلف تبدیلیاں رونما ہوتی ہیں۔ بسا اوقات بعض عوارض بھی لاحق ہوجاتے ہیں۔ ان عوارض کے مداوا کے لیے قدرت نے ہر موسم میں پھل پیدا کیے ہیں۔ پھل نہ صرف کام ودہن کی لذت کا سامان کرتے ہیں بلکہ ان عوارض کا مؤثر اور مفید علاج ہیں۔ موسم گرما اور برسات میں جسم کی حدت محسوس ہوتی ہے طبیعت مالش کرتی ہے۔ بعض اوقات تو قے تک نوبت آجاتی ہے، ملیریا کی شکایت بھی ہوجاتی ہے۔ بدن میں تیزابیت بڑھ جاتی ہے اس سے ہاتھ اور پاؤں میں جلن اور مزاج میں برہمی اور بیقراری ہوتی ہے۔ دل کی گھبراہٹ کا عارضہ بھی ہوتا ہے، منہ کڑوا رہتا ہے۔

قدرت نے ان عوارض کے علاج کیلئے موسم گرما اور برسات میں مختلف پھل پیدا کیے ہیں۔ میٹھا بھی انہی پھلوں میں کونا گوں خصوصیات اور افادیت کی بنا پر قابل ذکر ہے۔ میٹھا ترشادہ پھلوں کے خاندان سے تعلق رکھتا ہے اسے لیموں شیریں کے نام سے بھی موسوم کیا جاتا ہے۔

طب یونانی کی رو سے میٹھے کا مزاج سرد تر ہے۔ یہ حرارت کو تسکین دیتا ہے، خون کی حدت کو کم کرتا ہے۔ دل کی تفریح اور تقویت کا سامان ہے۔ دل کی دھڑکن میں مفید ہے۔ میٹھا تیزابیت کو کم کرتا ہے۔ ہاتھ پاؤں اور سینے کی جلن کو دور کرتا ہے۔ جسم کی تیزابیت اور فاسد مادوں کو خارج کرتا ہے۔

موسمی بخاروں میں اس کا استعمال انتہائی مفید ہے اور میٹھا جگر کے لیے تو خاص پھل ہے۔ منہ کڑوا ہو اور جگر کا فعل درست نہ ہو تو یہ جگر کی اصلاح کرتا ہے اور جگر کیلئے بے حد فائدہ مند ہے۔ طبیعت کو سکون دیتا ہے۔ معدہ کی اصلاح کرتا ہے۔ ان خصوصیات کی بنا پر موسم گرما اور برسات کے عوارض میں مفید ہے۔ اس کے علاوہ بدن کی قوت مدافعت کو بڑھاتا ہے۔ قدرت نے میٹھا کو وافر غذائی اجزاء اور حیاتین سے بہرہ مند کیا ہے۔ اس میں آبی اجزاء کثرت سے ہیں۔ اس لیے بدن کی خشکی میں مفید ہے حیاتین کی وجہ سے میٹھا بدن کی نشوونما میں مفید ہے۔ اسے بچوں کو بھی کھلانا چاہیے۔ دانتوں اور آنکھوں کے امراض میں مفید ہے اور اس کا استعمال آنکھوں کو تقویت دیتا ہے۔ میٹھا سرد تر ہے۔ اس اعتبار سے جو حضرات گرمی کا شکار ہوں ان کیلئے میٹھا کا استعمال فائدہ مند ہے۔

روزوں کی وجہ سے جن کو گرمی ہوگئی ہو ان کیلئے میٹھا لاجواب ہے

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 62

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا، آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت علی رضی اللہ عنہ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

حضرت علی رضی اللہ عنہ ذمیوں کے حقوق کی پامالی کسی حال میں گوارا نہیں کرتے تھے، ان کے ایک عامل عمرو بن مسلمہ رضی اللہ عنہ کی درشتی اور سخت مزاجی کی شکایت ذمیوں نے کی تو انہوں نے ان کو لکھ بھیجا کہ "مجھے معلوم ہوا ہے کہ تمہارے علاقہ کے ذمی دہقانوں کو تمہاری درشت مزاجی کی شکایت ہے اس میں کوئی بھلائی نہیں ہے تم کو نرمی اور سختی دونوں سے کام لینا چاہیے لیکن سختی ظلم کی حد تک نہ پہنچ جائے اور نرمی نقصان کی حد تک نہ ہو ان پر جو مطالبہ واجب ہے اس کو وصول کیا کرو لیکن ان کے خون سے اپنا دامن محفوظ رکھو۔ اسی طرح ذمیوں کی آبپاشی کی ایک نہر پٹ گئی تھی تو وہاں کے عامل قرظہ بن کعب رضی اللہ عنہ کو حضرت علی رضی اللہ عنہ نے لکھ بھیجا کہ اس نہر کو آباد کرنا مسلمانوں کا فرض ہے میری عمر کی قسم مجھے اس کا آباد رہنا زیادہ پسند ہے۔ بہ نسبت اس کے کہ وہاں کے لوگ ملک سے نکل جائیں۔

ایک مرتبہ حضرت علی رضی اللہ عنہ کی زرہ کہیں گر پڑی، اس کو ایک نصرانی نے اٹھالیا، انہوں نے اس کو دیکھ کر پہچان لیا نصرانی نے زرہ دینے سے انکار کردیا، حضرت علی رضی اللہ عنہ نے خلیفہ وقت ہونے کے باوجود قاضی شریح کی عدالت میں دعویٰ کیا۔ قاضی نے ان سے پوچھا کہ آپ کے پاس آپ کی اس زرہ ہونے کا ثبوت ہے؟ وہ کوئی ثبوت پیش نہ کرسکے تو قاضی شریح نے نصرانی کے حق میں فیصلہ کردیا جس سے وہ متاثر ہوکر بولا یہ تو انبیاء کے جیسا انصاف ہے، امیر المومنین مجھ کو اپنی عدالت کے قاضی کے سامنے پیش کرتے ہیں اور قاضی ان کے خلاف فیصلہ دیتا ہے اس کے بعد وہ مسلمان ہوگیا۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ جب کوئی فوجی دستہ کہیں روانہ کرتے تو اس کو مخاطب کرکے فرماتے: "میں تم کو اس اللہ کا تقویٰ اختیار کرنے کی تلقین کرتا ہوں جس سے تمہیں لامحالہ ملنا ہے، اس کے علاوہ تمہاری منزل کوئی اور نہیں ہوسکتی کہ وہی دنیا اور آخرت کا مالک ہے، دیکھو! جس مہم پر تم روانہ کیے جارہے ہو اس کا پورا اہتمام کرنا اور ایسے کام کرنا جو تمہیں اللہ عزوجل سے قریب کریں، کیونکہ دنیا کی وہی چیز کام آئے گی جو اللہ کے پاس پہنچ گئی۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

زکام ❁ پیٹ میں درد ❁ ماں بیٹی کے مسائل ❁ گرمی دانے ❁ کھانا ہضم نہیں ہوتا ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی کو ندیا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

زکام

میری عمر 23 سال ہے مسئلہ یہ ہے کہ میں ہاسٹل میں قیام پذیر تھی تو زکام رہنے لگا' پہلے پہل ناک بہتی تھی پھر پیلے رنگ کا بلغم حلق سے آنا شروع ہوا' کبھی ناک بند ہوجاتی ہے اور کبھی ناک سے بھی مواد نکلنا شروع ہوجاتا ہے۔ ڈاکٹر کو دکھایا تو انہوں نے اینٹی بائیوٹک دوائیں دیں جس سے وقتی افاقہ ہوجاتا تھا پھر وہی صورتحال ہوجاتی تھی۔ یہ مسئلہ ایک ماہ میں تقریباً تین یا چار مرتبہ ہوتا ہے۔ بہت سے ڈاکٹروں نے اسے الرجی تشخیص کیا ہے۔ الرجی کی دوائی تقریباً دو سال سے وقتاً فوقتاً استعمال کی لیکن محض وقتی افاقہ ہوتا ہے۔ سینے کا ایکسرے اور خون وغیرہ کا ٹیسٹ بھی کرا چکی ہوں سب ٹھیک ہے۔ بھاپ بھی لیتی ہوں لیکن فرق نہیں پڑتا۔ زکام سے گلا خراب' سر درد' کھانسی' ہلکا بخار اور کندھوں میں گردن کی طرف درد رہتا ہے۔ ریشہ بہت نکلتا ہے۔ **(روا' اسلام آباد)**

مشورہ: فی الحال آپ بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت حسب ہدایت استعمال کریں۔ عمدہ میٹھی خوبانی' آم کھا سکتی ہیں۔ چائے پئیں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ کیفیت لکھیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

پہلے پیٹ کا علاج کریں

میری عمر 28 سال ہے' غیر شادی شدہ ہوں' کچھ عرصہ پہلے سخت ڈائٹنگ کی' تقریباً ایک سال بعد دوبارہ وزن اتنا ہی ہوگیا جتنا پہلے تھا' میں چائے کی بھی شوقین ہوں' مسئلہ یہ ہے کہ کچھ دن میں ٹھیک رہتی ہوں جبکہ تھوڑے دنوں بعد میرے معدے میں جلن' گرمی محسوس ہوجاتی ہے' خاص طور پر کچھ کھانے کے بعد ایسا محسوس ہوتا ہے کہ جو کچھ کھاؤں ہضم نہیں ہوتا' پیشاب میں جلن ہوتی ہے اور پیٹ میں عجیب طرح کی آوازیں آتی ہیں۔ پھر میں چائے کم کردیتی ہوں اور ٹھنڈی چیزیں شروع کرتی ہوں تو طبیعت بحال ہوجاتی ہے۔ بصورت دیگر کبھی موشن کبھی پیچش کی طرح اجابت ہوتی ہے۔ **(رشیدہ' بہاولپور)**

مشورہ: پہلے پیٹ کا علاج ضروری ہے۔ چہار تخم کسی طبیب یا اچھے عطار سے لے کر آدھی چائے کی چمچی صبح وشام پانی سے پھانک لیں۔ گرم چیزوں مرچ' گرم مصالحہ وغیرہ سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

پیٹ میں درد

میرے پیٹ میں بہت درد ہے اگر میں ایک گلاس پانی پیوں تو ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے میں نے پورا ایک جگ پانی پی لیا ہے۔ درد پورے پیٹ میں ہے مگر دائیں جانب بہت زیادہ ہوتا ہے۔ یہ درد اس وقت سے شروع ہوا جب میں نے کھیتوں میں بہت زیادہ گھاس اٹھائی تھی۔ پہلے تو مجھ سے یہ گھاس اٹھائی نہیں جاسکی مگر میں نے پورا زور لگایا تو میرے پیٹ میں درد شروع ہوا۔ میں ڈاکٹروں کے پاس گیا مگر گولیوں سے کچھ فرق نہیں پڑا۔ مجھے بھوک بھی کم لگتی ہے۔ طبیعت اکثر بوجھل رہتی ہے پڑھائی میں بھی دلچسپی نہیں ہے۔ بھاگ دوڑ میں مجھے بہت تکلیف ہوتی ہے میری کمر میں بھی درد ہوتا ہے اب تو میری آنکھیں بھی کمزور ہورہی ہیں۔ **(کریم احمد خان' پشاور)**

مشورہ: تیزپات اور دیسی اجوائن صاف کی ہوئی ہم وزن کوٹ چھان کر سفوف بنا کر دو چٹکی دن میں تین بار غذا کے بعد پانی سے پھانکیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ آرام بھی ضروری ہے۔ ورزش' کھیل کود' وزن اٹھانا منع ہے۔ جب تک مکمل شفاء یابی نہ ہوجائے اس سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

ماں بیٹی کے مسائل

میری والدہ کی عمر 50 سال ہے وہ ایک سٹور میں کام کرتی ہیں۔ انہیں 5 سال سے یہ بیماری ہے کہ جب وہ تھوڑا سا کام کرتی ہیں۔ چھینک آتی ہے یا کھانسی آتی ہے تو پیشاب نکل جاتا ہے۔ یہاں تک کہ نماز میں رکوع کی حالت میں بھی پیشاب نکل جاتا ہے۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری شادی ایک سال پہلے ہوئی تھی شادی کے چھ ماہ بعد میرے شوہر ایک حادثہ میں چل بسے اب مسئلہ یہ ہے کہ میرے جسم سے غلیظ قسم کی بدبودار رطوبت نکلتی ہے۔ جلن بھی بہت ہوتی ہے لیکوریا نہیں ہے۔ شادی کے بعد سے ہی یہ بیماری پیدا ہوگئی ہے۔ رحم سے لے کر پیشاب تک جلن ہوتی ہے۔ **(ر۔د۔ یو ایس اے)**

مشورہ: اپنی والدہ کو ٹھنڈی مراد اور جوہر شفاء مدینہ حسب ہدایت استعمال کروائیں۔ سرد چیزوں سے دودھ' چاول کولڈ ڈرنک وغیرہ سے پرہیز کروائیں۔ تین ہفتے کے بعد دوبارہ لکھیں۔ آپ صبح جو کا دلیہ دودھ میں پکا کر کھائیں۔ دوپہر' رات کو کسی بھی قسم کا کدو' لوکی' مولی' شلجم' گاجر پکا کر چمچے سے کھائیں۔ مرچ' گرم مصالحہ' کھٹائی سے پرہیز کریں۔ گرما' سردا' کیلا' ناشپاتی' تربوز' چیکو' بڑا انگور' تازہ انجیر کھا سکتی ہیں۔ پوشیدہ کورس کچھ عرصہ استعمال کریں۔ گندم کی روٹی' ڈبل روٹی' دودھ عمدہ تازہ مکھن کھائیں۔ خون میں کولیسٹرول ہو تو گھی' مکھن سے پرہیز لازم ہے۔ اصلی عرق گلاب دن میں دو تین بار پئیں بشرطیکہ بلڈ پریشر کم نہ ہو۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

گرمی دانے

میرے چہرے پر دانے نکلتے ہیں' پہلے جلد کے اندر ہوتے ہیں پھر منہ باہر نکالتے ہیں پھر کچھ دنوں کے بعد یعنی پانچ چھ روز بعد منہ سوکھ جاتا ہے تو میں دانے کا سوکھا ہوا حصہ نکال دیتی ہوں تو وہاں سوراخ ہوجاتا ہے۔ اس طرح سے چہرے پر سوراخ بھی ہیں۔ میرے چہرے پر گرمی دانے بھی نکلتے ہیں۔ خصوصاً پیشانی پوری دانوں سے بھر جاتی ہے۔ کھانا زیادہ کھالوں تو ہضم نہیں ہوتا' ایسا لگتا ہے جیسے گلے میں ہی رکھا ہوا ہے جبکہ کھانا بھوک رکھ کر کھاتی ہو۔ **(حمیرا' خانیوال)**

شربت خون صفاء اور ٹھنڈی مراد صبح وشام حسب ہدایت استعمال کریں۔ سونف کا عرق ایک کپ غذا کے بعد پئیں۔ صبح وشام واک کریں۔ گوشت' انڈا' مرغی' آم' مرچ مصالحوں سے پرہیز کریں۔ دو ہفتوں کے بعد دوبارہ لکھیں۔ دانوں کو ہاتھ نہ لگائیں۔ حسن و جمال کریم استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

کھانا ہضم نہیں ہوتا

میں 70 سال کا ہوں جو بھی کھاتا ہوں گیس بن جاتی ہے' دانت جواب دے چکے ہیں' دو چار ڈاڑھیں رہ گئی ہیں۔ گوشت چبا نہیں سکتا چوس کر پھینک دیتا ہوں۔ بلڈ پریشر بہت ہو جاتا ہے۔ چکر بھی آتے ہیں' قبض نہیں ہے بلکہ اجابت وقت بے وقت ہو جاتی ہے۔ صبح و شام چہل قدمی کرتا ہوں۔ **(و۔ش۔جدہ)**

مشورہ: جتنی جلدی ہو سکے دانت لگوالیں جو دو ڈاڑھیں رہ گئی ہیں ان کے ہوتے ہوئے دانت لگ سکتے ہیں۔ ان کے گرنے کے انتظار میں نہ رہیں اور نہ انہیں زبردستی نکالنے کی کوشش کریں۔ غذا نرم کھائیں' بکرے یا دیسی مرغ کا عمدہ شوربا تیار کروائیں اور گوشت کو قیمہ بنا کر اچھی طرح پکا کر اس میں شامل کریں۔ اس میں روٹی کو اچھی طرح نرم کر کے کھائیں۔ غذا کے بعد دوپہر کو ہاضم خاص ترکیب کے مطابق پانی سے پھانکیں انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ عمدہ قسم کے میٹھے دیسی آم' خوبانی' کالی چیری حسب ہضم کھائیں۔ دودھ اور چاول سے پرہیز کریں۔ غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

پھلبہری کا علاج ہے تو بتائیں؟

میری عمر 22 سال ہے' میرے جسم پر سفید نشان ہے' یہ پہلے پیٹ پر تھا اس دوران میں نے کوئی دوائی نہیں لی۔ پھر کچھ عرصہ بعد یہ نشان پاؤں پر آ گیا۔ میں نے ڈاکٹر وغیرہ سے دوا لی انہوں نے اس نشان کو پھلبہری تجویز کیا ان کی دوائی بھی کھانے سے ٹھیک نہیں ہوئی۔ اب میرے ہاتھ اور گردن پر بھی سفید نشان آ گئے ہیں۔ کوئی دوائی اور پرہیز بتا دیں۔ میری بہن اور ابو کی بہن کو بھی یہ بیماری ہے۔ کیا وہ بھی یہ دوا کھا سکتے ہیں۔ کیا برص اور پھلبہری ایک ہی بیماری ہیں۔ **(ساجدہ شفیق' گوجرانوالہ)**

مشورہ: برص کو پھلبہری بھی کہتے ہیں' نیم حکیموں' عطائیوں سے دور رہیں۔ خط و کتاب سے یا دور سے مشورہ مناسب نہیں۔ ہو سکے تو "عبقری" کے دفتر سے ٹائم لے کر چیک کروائیں تو زیادہ مناسب ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

معدے میں جلن

کھانا کھانے کے بعد معدے میں سخت جلن ہوتی ہے اگر گرم چیزیں کھالوں تو رات کو بدخوابی ہوتی ہے۔ گیس کی شکایت بھی ہے اور قبض بھی ہے۔ قبض کیلئے باقاعدہ اسپغول استعمال کرتا ہوں۔ **(شکور شاہ' ملتان)**

مشورہ: دودھ نہ پئیں' ٹھنڈی سبزیاں پکا کر روٹی سے کھائیں۔ صبح نہار منہ اسپغول کی بھوسی پانی میں حل کر کے شربت بنفشہ ملا کر پئیں۔ ہاضم خاص استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

کالا رنگ

مجھے پیشاب میں سخت جلن ہے' پیشاب سخت پیلے رنگ کا آتا ہے' ہاتھ پاؤں ہر وقت جلتے رہتے ہیں' رنگ کالا ہو گیا ہے' ہر وقت گرمی کا احساس رہتا ہے' یہاں کوئی دیسی دوا نہیں ملتی ایلوپیتھک دوا سے اور گرمی ہو جاتی ہے۔ گرمیوں میں سخت تکلیف ہوتی ہے۔ **(بختاور ارشد' بحرین)**

مشورہ: صبح کا ناشتہ تربوز سے کریں یعنی ناشتہ کے طور پر تربوز کھائیں۔ غذا میں صرف لوکی کا سالن بغیر مرچ گرم مسالحے کے بنا کر چپاتی سے کھائیں۔ سلاد کے طور پر کھیرا بھی کھائیں۔ غذا کے بعد دونوں وقت گرما یا سردا یا بڑا سفید انگور بیج نکال کر کھائیں' اگر اصلی عرق گلاب دستیاب ہو تو آدھی پیالی عرق گلاب ایک گلاس پانی میں تھوڑی سی چینی سے میٹھا کر کے پی لیں دو بار کافی ہے۔ گاجریں پانی میں ابال کر بطور ناشتہ کھا سکتی ہیں۔ اگر گاجر کا مربہ مل جائے تو پانی سے دھو کر ناشتہ کے طور پر صرف یہی کھا لیا کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو' کھیا توری' ٹینڈے' بھوکا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' [illegible] روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگ کی پتلی دال بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت' شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' شرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' سنگترے' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' چقندر کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' شہد' العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' نمک' میٹھا' شرفہ کا ساگ' بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال' مونگ' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور' تازہ کھجور' بادام' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے' بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' حلوہ' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستے' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' اونٹ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

کھیا توری' کھیرا' کدو' ٹینڈے' چھوٹا گوشت' کریلے' دال مونگ' دیسی مرغی کا گوشت' پرندوں کا گوشت بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی' جو کا دلیہ' ساگودانہ' ہریسہ' کھچڑی' عرق سونف' عرق پودینہ' [illegible] ڈبل روٹی' سادہ [illegible] چنے کا ساگ [illegible] میتھی' شرفہ کا ساگ' پائے' نہاری' آملیٹ' پشاوری قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک تھوڑی مقدار میں [illegible] [illegible] کا پھل' پپیتا' دودھ' [illegible] روغن زیتون' دیسی [illegible] چھوٹا مغز

غذا نمبر 3

ہو کا دلیہ' [illegible] کھچڑی' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) کیک' رس' ہمراہ چائے' ڈبل روٹی' بند' براؤن بریڈ' کیلے کا ملک شیک' گاجر کا جوس' گنے کا تازہ رس' بالا ہوا پانی' ابلے ہوئے چاول' کھچڑی' دیسی مرغی کی یخنی' انار' انگور' کچی لسی' میٹھا' امرود' کھیرا' چھاچھ' کدو' ناریل کا پانی۔

یاسمین مقبول، لاہور

آپ کے بال بھی خوبصورت ہو سکتے ہیں

ہمارے کہنے کا یہ مقصد نہیں کہ سر میں تیل نہ لگایا جائے بلکہ تیل ضرور لگائیں کیونکہ یہ بھی بالوں کیلئے ضروری ہے لیکن سر میں تیل کا مساج کرنے کے بعد تولیہ پانی میں بھگونے کے بعد اچھی طرح نچوڑ کر سر پر لپیٹ لیں تاکہ بال گرد سے ممکنہ حد تک محفوظ رہ سکیں

جس طرح انسان کیلئے اچھی شکل وصورت اور رنگ وروپ ضروری ہے بالکل اسی طرح خوبصورت اور گھنے بال بھی کسی کا سرمایہ ہو سکتے ہیں خصوصاً خواتین کو تو اپنے بالوں سے بے پناہ پیار ہوتا ہے۔ یہ ٹھیک ہے کہ خواتین اپنے بالوں کی صحت وتندرستی اور خوبصورتی کیلئے ہزار ہا جتن کرتی ہیں اور نہ جانے کتنے ہی ٹوٹکے اور نسخے استعمال کرتی ہیں جن میں سے کچھ کارآمد ثابت ہوتے ہیں اور کچھ نہیں کیونکہ انہیں تو یہ علم ہی نہیں ہوتا کہ مختلف نوعیت کے کیمیکلز اور ہیئر ڈائی جو کہ شیمپو اور بال دھونے کی دیگر اشیاء میں شامل ہوتے ہیں کیا قیامت ڈھا رہے ہوتے ہیں۔ بالوں کو صحتمند اور خوبصورت بنانے کے چکر میں بہت ساری خواتین نقصان اٹھاتی ہیں جن کے بال بے رونق اور چمک دمک سے عاری ہوتے ہیں۔

بازار میں دستیاب مختلف قسم کے شیمپو استعمال کرنے کے بعد جب ہیئر ڈرائر سے بالوں کو خشک کیا جاتا ہے تو ان میں وقتی طور پر چمک ضرور پیدا ہو جاتی ہے اور وہ کچھ دیر کو بہت بھلے معلوم ہوتے ہیں لیکن وقت کے ساتھ ہی یہ بات واضح ہو جاتی ہے کہ ان اشیاء کا استعمال بالوں کو وقتی فائدہ اور طویل المدتی نقصان پہنچا رہا ہے۔ اب چونکہ بڑے اور معروف اداروں کے شیمپوز اور کنڈیشنر قدرے مہنگے پڑتے ہیں لہٰذا ان سے اجتناب کیا جاتا ہے اور یہ سوچے سمجھے بغیر کہ آگے چل کر ان شیمپوز کی وجہ سے بال جھڑ سکتے ہیں، سر میں خشکی پیدا ہو سکتی ہے بلکہ بہت سارے مسائل جنم لیتے ہیں۔ بالوں کی صحتمندی کیلئے اچھی جسمانی صحت بھی انتہائی ضروری ہے جو صرف متوازن غذا سے ہی ممکن ہے۔ اس کے ساتھ ہی بالوں کی مناسب صفائی ستھرائی بھی انہیں چمکدار اور خوبصورت بناتی ہے بلکہ یہ بات اپنے ذہن کے کسی گوشے میں بٹھا لیں کہ بالوں کی رونق کیلئے ان کا صاف ہونا انتہائی ضروری ہے۔ بہت سے لوگوں کا خیال ہے کہ بالوں میں تیل چپڑ لیا جائے تو اس طرح انہیں موسم کی سختی سے محفوظ کیا جا سکتا ہے لیکن یہ تاثر بھی یکسر غلط ہے کیونکہ آپ کے بالوں میں ہر وقت تیل لگا رہنے سے ان پر گرد اور دھول مٹی جم جاتی ہے جس سے بال بھدے محسوس ہونے لگتے ہیں جبکہ گرد اور سر کی جلد کے مردہ خلیات کے یکجا ہونے سے خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔

ہمارے کہنے کا یہ مقصد نہیں کہ سر میں تیل نہ لگایا جائے بلکہ تیل ضرور لگائیں کیونکہ یہ بھی بالوں کیلئے ضروری ہے لیکن سر میں تیل کا مساج کرنے کے بعد تولیہ پانی میں بھگونے کے بعد اچھی طرح نچوڑ کر سر پر لپیٹ لیں تاکہ بال گرد سے ممکنہ حد تک محفوظ رہ سکیں اور تیل بھی جلد کے مسامات میں اچھی طرح جذب ہو جائے اگر دن کے اوقات میں مصروفیت کی وجہ سے ایسا کرنا ممکن نہ ہو تو رات کو سوتے وقت سر پر تیل کا مساج کرنے کے بعد صبح اٹھ کر بالوں کو کسی معیاری صابن یا شیمپو سے دھو لیں۔ بالوں پر برش کرنے سے خشکی کے ذرات اور کمزور بال جھڑ جاتے ہیں جبکہ دوران خون میں بھی اضافہ ہوتا ہے جس کی وجہ سے بالوں کی جڑوں کو تقویت ملتی ہے۔ صفائی کے ساتھ ساتھ انہیں قدرتی اشیاء سے بھی فائدہ پہنچائیں کیونکہ قدرتی اشیاء بے ضرر ہوتی ہیں۔

بالوں کی حفاظت کیلئے ان مشوروں کو نظر انداز نہ کریں

☆ بادام کا تیل اور گھیکوار برابر مقدار میں لے کر اس میں وٹامن سی کا کیپسول گھول کر ملا لیں اور اس آمیزے سے بالوں میں ہلکے ہلکے مساج کریں اور پھر چار گھنٹے تک لگا رہنے دیں اب بالوں کو دھو کر اچھی طرح خشک کر لیں۔

☆ ایلوویرا کاٹ کر پیس لیں اور تھوڑا سا پانی ملا کر چھان لیں اب اسے کسی تیل میں ملا کر بالوں میں لگائیں اور ایک گھنٹے بعد بال دھو لیں۔ ☆ آدھا پاؤ ثابت دھنیا، آدھا پاؤ دانہ میتھی، آدھا پاؤ سونف اور پچاس گرام کھوپرا لے کر اچھی طرح پیس لیں اور آدھا کلو سرسوں کے تیل میں ملا کر اسے تین گھنٹے تک ہلکی آنچ پر پکائیں اور چھان کر تیل ٹھنڈا کر لیں۔ اس تیل کا ہفتے میں ایک بار مساج بالوں میں انتہائی مفید ثابت ہوگا۔ ☆ مہندی کے پتے پیس کر دو کھانے کے چمچ جتنی مقدار میں لیں اور ذرا سا دہی، ایک عدد انڈا اور لیموں کے چند قطرے اس میں ملا کر بالوں میں آدھے گھنٹے تک لگانے کے بعد اچھی طرح دھو لیں۔

☆ دانہ میتھی پچاس گرام لے کر پانی میں بھگو دیں جب دو سے تین دن میں کونپلیں پھوٹنے لگیں تو اسے پیس لیں اور ایک پاؤ دہی میں تین کھانے کے چمچ میتھی کا آمیزہ شامل کر کے آدھا گھنٹے بالوں میں لگانے کے بعد سر دھو لیں۔

☆ بادام اور دھنیے کا تیل برابر مقدار میں لے کر بالوں میں لگائیں اور 15 منٹ مساج کریں اور پھر چند قطرے زیتون کا تیل شامل کر کے مزید دس منٹ تک مساج کرنے کے بعد یونہی چھوڑ دیں اور دو گھنٹے کے بعد بال دھو لیں۔ ☆ آدھا کلو چھلکوں والی ماش کی دال کو پانی میں بھگونے کے بعد سکھا لیں۔ اب اس میں بیری کے پتے ہم وزن ملا کر پیس لیں۔ ہفتے میں دو مرتبہ اس آمیزے کو تیل میں ملا کر بالوں میں لگائیں اور دس منٹ تک مساج کریں دو گھنٹے کے بعد بال دھو لیں۔

اگر آپ نے مختلف طریقے استعمال کر کے اپنے بالوں کو بہت سارے مسائل سے دوچار کر دیا ہے۔ اگر آپ نے مختلف کیمیکل استعمال کر کے بالوں کو سیدھا کروایا ہے جس کے منفی اثرات کی وجہ سے آپ کے بال گرنا شروع ہو گئے۔ اب آپ کیلئے بہترین مشورہ یہ ہے کہ کسی ایک طریقہ علاج پر کاربند رہ کر اسے کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔ آدھا کپ نیم گرم بادام کا تیل اور آدھا کپ شہد یکجا کر کے کھوپڑی پر اس کا مساج کریں اور گرم پانی میں بھگویا ہوا تولیہ نچوڑ کر اسے سر کے گرد لپیٹ لیں۔ یہ عمل تسلسل کے ساتھ دو مرتبہ کیا جائے اس طرح گرم پانی کی بھاپ سے تیل آپ کے سر میں جذب ہو جائے گا۔ آدھے گھنٹے کے بعد شیمپو کر کے بالوں کو دھوئیں تو آپ کو خود بخود احساس ہوگا کہ نہ صرف ان میں نرمی پیدا ہوئی ہے بلکہ وہ آسانی سے سلجھائے بھی جا سکتے ہیں۔ بہتر نتائج کیلئے یہ طریقہ ہفتے میں کم از کم تین مرتبہ اختیار کریں۔ بالوں میں آپ مہندی ضرور لگائیں مگر بال دھونے کے بعد تیل لگانا نہ بھولیں جس سے آپ کے بال خشک نہیں ہونگے۔

خراب دانتوں کا علاج

خشک آملہ کا سفوف تیار کر کے باریک کپڑے میں چھان لیں۔ اس سفوف کو انگلی یا برش کی مدد سے دانتوں اور مسوڑھوں پر اچھی طرح سے ملیں۔ روزانہ یہ عمل کرنے سے دانتوں سے خون آنا بند ہو جائے گا۔ دانتوں کا میل صاف ہو جائے گا اور اگر دانت ہل رہے ہوں گے تو وہ جم جائیں گے اور مضبوط ہو جائیں گے۔ **(نسیم حیات، کراچی)**

ذکیہ اقتدار بہاولنگر

7 اذانیں پڑھیں ہر پریشانی سے نجات پائیں

جانے کیسے کرب سے اذانیں دے رہی تھی اتنا جانتی ہوں' آنسو میرے سکارف کو بھگو رہے تھے۔ایک دم شور رک گیا جو غلط الفاظ اور گالیوں پر مشتمل تھا۔کنڈیکٹر اور ڈرائیور آستین اتار کے کف کے بٹن بند کرنے لگے۔مسافر یہ کہہ کر خاموش ہوگیا

جب سے راقمہ نے عبقری میں سات اذانوں والا عمل پڑھا راقمہ نے اسی وقت سے عمل شروع کر دیا۔ایسا لاجواب عمل ہے چھوڑنے کو دل ہی نہیں چاہتا۔ مجھے طویل سفر درکار تھا۔ عموماً راقمہ کی بیٹی ہی ساتھ ہوتی ہے۔تمام سفری دعائیں پڑھیں۔سورۂ یٰسین بھی پڑھی لیکن اذانیں نہ دے سکی بھول گئی' کوچ میں میں اور بیٹی مقررہ سیٹ پر بیٹھ گئے۔دو گھنٹے بعد کوچ میں بے حد شور ہوا۔ایک مسافر اور کنڈیکٹر کا جھگڑا ہو رہا تھا۔مسافر نے ٹکٹ کی رقم دی تھی اور کنڈیکٹر کسی طرح بھی کم رقم پر راضی نہیں ہو رہا تھا۔دونوں فریق آستین چڑھا کر مارکٹائی سے بڑھ کر قتل کی دھمکیاں دینے لگے جب یہ کیفیت دیکھی تو بیٹی سے کہا کہ سورۂ قریش پڑھ کر دم کرو' اللہ ابلیس کی چال کو فیل کر دے' بیٹی نے جواباً بتایا امی میں تو پہلے ہی سورۂ قریش پڑھ کے کوچ پر دم کر رہی ہوں۔راقمہ نے اسی وقت سمتوں کا تصور کیا اور اذانیں دینی شروع کیں۔مسلسل دے رہی تھی۔ کچھ افراد کلمہ اور لاحول پوری پڑھ رہے تھے۔جانے کیسے کرب سے اذانیں دے رہی تھی اتنا جانتی ہوں' آنسو میرے سکارف کو بھگو رہے تھے۔ایک دم شور رک گیا جو غلط الفاظ اور گالیوں پر مشتمل تھا۔کنڈیکٹر اور ڈرائیور آستین اتار کے کف کے بٹن بند کرنے لگے۔مسافر یہ کہہ کر خاموش ہوگیا کہ جب مقررہ جگہ پر کوچ رکے گی تو پھر تجھے پتہ چلے گا تیری لاش ہی گھر والے لیں گے۔ابلیس نے اپنی شکست دیکھی تو اسی وقت کھسک گیا جس جگہ پر مسافر نے اترنا تھا۔اللہ نے گہری نیند سلا دیا۔مقررہ جگہ پر کوچ رکی لیکن مسافر کو آواز دی وہ نہ آیا۔کوچ فوراً روانہ ہوگئی۔اگلے شہر پر کوچ رکی مسافر اتر رہے تھے۔اس شخص کی آنکھ کھلی جب اس نے دیکھا کہ وہ بہت آگے اتر رہا تھا۔ بڑبڑاتا ہوا اترا۔کنڈیکٹر نئی سواریوں کو لے رہا تھا۔یوں اللہ نے ان اذانوں اور سورۂ قریش پڑھنے کی بدولت اس آفت سے نجات عطا کی۔

قیام کے بعد واپسی کا سفر تھا۔غالباً 8 گھنٹے کا سفر ہوتا ہے۔ آج بہت دھیان سے سفر کی نیت سے اذانیں دیں پھر اپنی مقررہ سیٹ پر آکے بیٹھ گئے۔کنڈیکٹر مسافروں سے رقم لے رہا تھا پھر ایک مسافر رقم کم دے رہا تھا اب میری حیرت کی انتہا تھی کہ ایک کنڈیکٹر مسافر سے پوری رقم کا تقاضا کر رہا تھا لیکن اس کی گفتگو میں ایسی مٹھاس اور شفقت تھی اپنی پوری زندگی میں ایسی شفقت اور مٹھاس کنڈیکٹر کی میں نے نہیں دیکھی یہ سات اذانوں کا عمل تھا جو دوسروں پر اس قدر اثر انداز ہو رہا ہے۔کوچ روانہ ہوگئی۔حسب عادت راقمہ اور بیٹی گہری نیند سو چکے تھے۔سفر میں وقت کا بہترین مصرف نیند پوری کرنا' ساری تھکن کوچ کے سپرد کر کے اپنی منزل پہ اتر جاتی ہوں۔سفر میں مطالعہ نہیں ہو سکتا۔نہ لکھا جاتا ہے اپنی منزل پر پہنچ کر چاق و چوبند پھرتی سے پھر اپنے کاموں میں مصروف ہو جاتی ہوں۔یوں گہری نیند سوئی ہوئی تھی کہ ایکدم کوچ بالکل ایک حصہ لگتا تھا کہ کسی کھائی میں چلا گیا۔آنکھ کھل گئی' استغفار اور کلمہ پڑھا' دھند بہت زیادہ تھی' ڈرائیور کو راستہ نظر نہیں آ رہا تھا۔یوں کھائی میں ایک ٹائر چلا گیا' کسی انجانی قوت نے اس کھائی میں گرنے سے بچا لیا۔میرا عقیدہ ہے سات اذانوں کے عمل نے حادثہ سے محفوظ رکھا۔

72 مرتبہ سورۃ انفطار پڑھنے کا عمل

جنوری میں یہ عمل دیا گیا تھا۔اللہ ان خاتون کو جزاء دے بہت تیر بہدف عمل ہے۔بیٹی کو یونیورسٹی دوسرے شہر بھیجنا تھا' کبھی اس کو اکیلے نہیں بھیجا تھا لیکن مسئلہ تھا کہ کوئی ساتھ جانے والا نہیں تھا' راقمہ نے وضو کیا اس عمل کو غور سے پڑھا بس اسی طریقہ سے کیا۔سورۃ انفطار پڑھنے کے دوران کیفیت کچھ یوں تھی کہ زارو قطار رو رہی تھی کہتی جاتی تھی میرے رب میرا ایمان تجھ پر ہے' اے قرآن کو ہمارے پاس بھیجنے والے' اے میرے معبود قرآن کی حفاظت فرمانے والے تیری گنہگار بندی تجھ سے التجا کرتی ہے۔میری بچی کی حفاظت کرنا ہر نگاہ بد سے محفوظ رکھنا' اس کو اپنی رحمت کے حصار میں رکھنا۔طویل دعائیں مانگیں' بیٹی حجاب لیے میرا انتظار کر رہی تھی' ہم دونوں سامان لیے بس سٹینڈ کی طرف روانہ تھے۔رکشہ سے اترے تو کوچ آ چکی تھی' ٹکٹ لینے کیلئے گئی ٹکٹ لیا' پھر بیٹی کو کوچ میں بٹھایا۔ڈرائیور سے تاکید کی بچی کے ساتھ کسی لیڈیز کو بٹھانا' ڈرائیور کا لہجہ کافی مؤدبانہ تھا "آنٹی آپ فکر نہ کریں ہم خیال رکھیں (باقی صفحہ نمبر 17 پر)

مولانا وحیدالدین خان

قیمت ضروری

دونوں دنیاؤں میں آدمی کسی چیز کو اسی وقت پا سکتا ہے جب کہ وہ حسب اصول اس کی پوری قیمت ادا کرے

ایئرپورٹ پر خودکار اسکیل (ترازو) رکھا ہوا تھا اس میں ایک روپیہ ڈالنے کے بعد ایک ٹکٹ نکلتا تھا جس پر آدمی کا وزن چھپا ہوا ہوتا تھا۔

ایک بچہ اسکیل کے تختہ پر کھڑا ہوگیا۔اس کے ہاتھ میں ایک روپیہ کا سکہ تھا اس نے یہ سکہ اسکیل کے مخصوص خانہ میں ڈالا۔اس کے بعد کھٹ کھٹ کی آواز ہوئی اور پھر ایک چھپا ہوا کارڈ سامنے آ گیا اس پر بچہ کا وزن واضح حرفوں میں لکھا ہوا تھا۔

بچہ کو یہ چیز ایک کھیل سی معلوم ہوئی۔اس نے اپنے والدین سے مزید سکے مانگے۔وہ اس فعل کو بار بار دہراتا رہا۔ہر بار جب وہ اپنا سکہ مشین میں ڈالتا تو چند سکنڈ کے بعد ایک خوب صورت کارڈ باہر آ جاتا۔آخر والدین کے سب سکے ختم ہوگئے۔اب ان کے پاس روپیہ کے بجائے پچاس پیسہ کا سکہ تھا۔بچہ نے پچاس پیسہ کا سکہ لے کر اس کو مشین میں ڈالا۔اس کے بعد مشین نے کھٹ کھٹ کیا آواز تو سنائی دی مگر حسب سابق وزن کا کارڈ باہر نہیں آیا۔مشین کی طرف سے رسپانس نہ ملنے پر بچہ رونے لگا۔

کم عمر بچہ اس واقعہ کی توجیہہ نہ کر سکا۔مگر حقیقت یہ ہے کہ معاملہ رونے کا نہیں بلکہ سبق لینے کا تھا۔مشین نے اپنی خاموش زبان میں ایک ایسا سبق دیا جو بچہ کے لیے اور اس کے سرپرستوں کے لیے عظیم اہمیت رکھتا تھا۔یہ سبق کہ یہاں ہر چیز کی ایک قیمت ہے۔اگر تم نے وہ قیمت ادا نہیں کی تو تم کو مطلوبہ چیز بھی نہیں ملے گی، حتیٰ کہ اس وقت بھی نہیں جب کہ تم نے اصل سے کم قیمت ادا کی ہو۔

یہی قانون موجودہ دنیا کے لیے ہے اور یہی قانون آخرت کے لیے بھی۔دونوں دنیاؤں میں آدمی کسی چیز کو اسی وقت پا سکتا ہے جب کہ وہ حسب اصول اس کی پوری قیمت ادا کرے۔جو شخص قیمت ادا کرنے پر راضی نہ ہو، اس کو یہ امید بھی نہیں کرنا چاہیے کہ اس کی مطلوبہ چیز اس کے حصہ میں آ سکے گی۔

قیمت کا قانون ایک اٹل قانون ہے۔نہ کسی کی خوش گمانیاں اس قانون کو بدل سکتیں اور نہ احتجاج اور شکایت کے ذریعہ اس کو ختم کیا جا سکتا ہے۔

لبنیٰ خیال، کراچی

ازدواجی زندگی اور خوشگوار گفتگو

طبی سائنسدانوں نے جن باتوں کی طرف اشارہ کیا ہے اگر چہ اس کا شکار مغربی معاشرہ زیادہ ہے تاہم پاکستان میں بھی ایسے لوگوں کی کمی نہیں جن کے نزدیک بیوی ''ملازمہ'' اور بزرگ صرف ''گھر کی دیکھ بھال'' کرنے والوں سے زیادہ اہمیت کے حامل نہیں

پطرس بخاری اپنے ایک مضمون میں لکھتے ہیں کہ ''دوستی پرانی ہوجائے تو خاموشی بھی مزہ دینے لگتی ہے'' بہت سے شادی شدہ جوڑے خصوصاً مرد کہتے ہیں کہ ''بیگم پرانی ہونے لگے تو اس سے بات کرنے سے بہتر ہے کہ خاموشی اختیار کرلی جائے کیونکہ جب بات کرنے کو دل ہی نہ چاہے تو کیا بات کی جائے اور باتیں بھی کریں تو کیا کریں کہ سب باتیں تو بہت پہلے ہی کرچکے ہوتے ہیں۔

اگر آپ بھی یہی خیالات رکھتے ہیں تو پھر اپنے رویوں میں تبدیلی لائیں اور جان لیں کہ شریک زندگی سے گفتگو کرنا وقت کا زیاں نہیں بلکہ طبی لحاظ سے بھی بہت مفید ہے۔ کیا کہا...... میاں بیوی کی گفتگو کا طب سے کیا تعلق؟ ارے بھئی حیران نہ ہوں، ہم جو کہہ رہے ہیں بقائمی ہوش وحواس کہہ رہے ہیں اور اس میں لفظوں کا کوئی ہیر پھیر نہیں بلکہ جو بھی ہے سچ ہے بلکہ سوفیصد سچ اور یہ سچ خیال پر مبنی نہیں ہے بلکہ طبی سائنسدانوں نے اسے عقل کی کسوٹی اور عمل کے میزان پر تولا ہے اور پھر کہا ہے کہ ''شریک زندگی سے اچھی گفتگو انسان کے بلند فشارخون (ہائی بلڈ پریشر) کو کم کرتی ہے جو لوگ اپنی زندگی کے آخری سالوں میں اپنے رفیق زندگی سے بچھڑ جاتے ہیں وہ جذباتی گھٹن کا شکار ہوکر عارضہ قلب میں ایسے دوسرے لوگوں کے مقابلے میں زیادہ مبتلا ہوجاتے ہیں کہ جن کے رفیق زندگی زندہ اوران کے پاس ہوتے ہیں۔

کہتے ہیں کہ شادی کے ابتدائی دنوں میں شوہر بولتے ہیں اور بیگمات صرف سنتی ہیں اور اس کے بعد بقایا ساری زندگی صرف بیویاں بولتی ہیں اور شوہر چپ چاپ سنتے ہیں لیکن اب جبکہ سائنسدان بھی کہہ رہے ہیں کہ میاں بیوی کے درمیان اچھی گفتگو جذباتی طور پر انسان پر خوشگوار اثر ڈالتی ہے اور اس کے طبی فوائد بھی ہیں تو میں ان بیگموں کو جن کے شوہروں کو یہ شکوہ ہے کہ ''وہ'' بہت بولتی ہیں انہیں یہی مشورہ دوں گی کہ بھئی اگر شوہر کی صحت عزیز ہے تو اس کو بھی بولنے دیں۔ لیکن ساتھ ساتھ جو بیویاں شوہروں کے حاکمانہ رویے اور حکم چلانے کی عادت کے باعث ان کے سامنے چپ چاپ کھڑی رہنے کی عادی ہیں تو میں ان شوہروں سے بھی یہی کہوں گی کہ اپنے بچوں کی ماں اور گھر کا چین وسکون عزیز ہے تو بیوی پر حکم چلانا چھوڑیں اور اسے خوفزدہ کرکے اپنی مردانگی کو تسلیم کروانے کی عادت بدلیں۔ بیوی سے نرم اور خوشگوار لہجے میں باتیں کریں اور ہلکے پھلکے موضوعات پر بات چیت کرتے رہیں۔ اس طرح بیوی جو بے چاری دن بھر آپ کے خوف میں مبتلا رہ کر ذہنی دباؤ کی مریضہ بن جاتی ہے اس کی بھی حالت سنبھلے گی۔

اگر چہ مغربی ممالک میں زندگی کے تمام شعبوں میں تحقیق کی عادت نے لوگوں کو بہت سے آرام وآسائش بخشے ہیں لیکن جس دلچسپ تحقیق کا تذکرہ میں نے اوپر کیا ہے دیکھا جائے تو اس سے پاکستان کے سماجی ماحول میں رہنے والے شادی شدہ جوڑے بھی فائدہ اٹھاسکتے ہیں۔ بات ہے تو صرف رویے میں تھوڑی سی تبدیلی لانے کی۔

بات یوں ہے کہ کچھ عرصے قبل نیویارک کی اسٹیٹ یونیورسٹی کے طبی ماہرین اس سوال پر سوچنے لگے کہ جب خون کی رفتار میں اتار چڑھاؤ کا تعلق ماحول اور صورتحال سے ہے تو شادی شدہ لوگوں پر یہ کس طرح اثر انداز ہوتی ہے؟ بس اس خیال کے آنے کی دیر تھی کہ کچھ طبی محققین سر جوڑ کر بیٹھے اور آخر کار اس نتیجے پر پہنچے کہ دیکھا جائے کہ شادی شدہ جوڑے جب آپس میں خوشگوار موڈ میں بات چیت کرتے ہیں تو اس کے خون کی گردش پر کیا اثرات پڑتے ہیں۔ اس کے علاوہ جب اجنبیوں سے بات کی جائے تو خون کی گردش کی کیا صورتحال ہوگی؟ جب یہ نکتے طے پاگئے تو تحقیق کا مرحلہ شروع ہوا۔ سو سے زائد ہر عمر کے شادی شدہ جوڑوں کو رضا کارانہ طور پر اس بات کو جاننے کیلئے منتخب کیا گیا۔ تحقیق کے مختلف مراحل سے گزرنے کے بعد طبی سائنسدانوں نے جو نتائج اخذ کیے وہ ایک امریکی طبی جریدے میں شائع ہوئے جس میں کہا گیا کہ ''جب شادی شدہ جوڑے خوشگوار موڈ میں اپنی ساتھی سے محو گفتگو تھے تو اس دوران ان کا فشارخون کم تھا لیکن جب وہ کسی اجنبی سے بات کررہے تھے تو ان کا فشارخون زیادہ ہورہا تھا۔''

تحقیق یہیں پر ختم نہیں بلکہ اسے اور آگے بڑھایا گیا اور ایسے جوڑے بھی منتخب کیے گئے جن کی شادی شدہ زندگی کئی عشروں پر مشتمل تھی۔ اس کے ساتھ ساتھ ایسے لوگ بھی تلاش کیے گئے جن کے شوہر یا بیوی طویل ازدواجی زندگی کے بعد انہیں تنہا چھوڑ کر ابدی سفر پر چل دیئے تھے۔ ان لوگوں کے مختلف طبی جائزے لینے کے بعد معالجین اس نتیجے پر پہنچے کہ جن کے شوہر یا بیوی طویل ازدواجی زندگی گزارنے کے بعد عمر کے آخری سالوں میں دوسرے کو تنہا چھوڑ کر موت کی آغوش میں سو جاتے ہیں تو ایسے میں تنہائی کا دکھ اور جذباتی گھٹن کے باعث یہ افراد امراض قلب اور بلند فشارخون کے مرض میں زیادہ مبتلا ہوجاتے ہیں۔ سائنسدانوں نے ایسے افراد کے لواحقین کو مشورہ دیا ہے کہ اس طرح کی صورتحال میں وہ اپنے بزرگ کی زیادہ دلجوئی کریں۔ ان سے باتیں کریں اور انہیں اہمیت دیں تاکہ وہ خطرناک امراض کا شکار ہوکر وقت سے پہلے ہی اس دنیا سے رخصت نہ ہوں۔''

طبی سائنسدانوں نے جن باتوں کی طرف اشارہ کیا ہے اگر چہ اس کا شکار مغربی معاشرہ زیادہ ہے تاہم پاکستان میں بھی ایسے لوگوں کی کمی نہیں جن کے نزدیک بیوی ''ملازمہ'' اور بزرگ صرف ''گھر کی دیکھ بھال'' کرنے والوں سے زیادہ اہمیت کے حامل نہیں اب جبکہ مغرب کے طبی سائنسدان بھی ''باہمی گفتگو'' کی افادیت تسلیم کررہے ہیں تو ہمیں دوسروں کو چھوڑیئے خود اپنی صحت ہی کے خاطر رویوں میں تبدیلی لانی چاہیے۔

میاں بیوی گاڑی کے دو پہیے ہیں لیکن گاڑی میں ایک پہیہ ٹریکٹر اور دوسرا رکشہ کا ہو تب بھی بات نہیں بنتی۔ بات اس وقت بنتی ہے اور گاڑی تب ہی درست انداز میں چلتی ہے جب دونوں پہیوں میں توازن اور برابری ہو۔ اس لیے شوہر ہو یا بیوی دونوں کو چاہیے کہ خوشگوار زندگی کیلئے آپس میں خوشگوار تعلقات رکھیں۔ ہنستے بولتے اور ہلکے پھلکے انداز میں گفتگو کرتے ہوئے زندگی کو گزاریں اور گھر میں اگر کوئی بزرگ ہے تو اس کو بھی وقت دیں اور دو چار باتیں کرلیں کہ زندگی کا نام ہی ''دوسروں سے شفقت ومحبت کا برتاؤ'' ہے۔ اگر کبھی میاں بیوی میں ناچاقی بھی ہوجائے تب بھی بات چیت بند نہ کریں کہ اسی سے مسئلے کے حل نکلتے ہیں۔ برصغیر کے مشہور ترقی پسند شاعر سردار جعفری کے ایک شعر کا یہ مصرعہ یاد رکھیں!

''گفتگو ختم نہ ہو بات سے بات چلے''

روزہ، تھکن اور بے خوابی کا قدرتی علاج

ظاہر ہے کہ ہماری قوت مدبرہ بدن سے زہریلے فضلات کو خارج کرنے اور آرام کرنے کیلئے درد اور تناؤ پیدا کر کے ہمیں خبردار کرتی ہے۔ اسپرین، انجلین، ساریڈان اور کوڈاپائرین جیسی زہریلی دوائیں استعمال کرنے شروع کر دیتے ہیں

زمانہ قدیم میں روزہ

انسائیکلوپیڈیا آف برٹانیکا کا کہنا ہے کہ اکثر مذاہب کے پاس روزے فرض اور واجب قرار دیئے گئے ہیں۔ چنانچہ زمانہ قدیم میں مصر کے لوگ ہر مہینے میں تین دن روزہ رکھتے تھے، مشہور فلاسفر سقراط جس کا زمانہ 470 سال قبل مسیح ہے جب اسے کسی اہم موضوع پر غوروفکر کرنا ہوتا تو وہ دس دن روزے رکھ لیتا تھا اور بقراط کو اس حیثیت سے اولیت حاصل ہے کہ اس نے روزہ کے طبی فوائد پر سیر حاصل بحث کی ہے لہٰذا اپنی تحقیق کے پیش نظر وہ مریضوں کو روزہ رکھنے کی ہدایت کرتا اور کہا کرتا تھا کہ ہر انسان کے اندر ایک ڈاکٹر ہے اور یہ ضروری ہے کہ ہم اپنے اندرونی ڈاکٹر کی معاونت کریں تاکہ وہ کماحقہ اپنی ڈیوٹی انجام دے سکے۔

روزے اور ڈاکٹروں کی تحقیق

ڈاکٹروں نے یہ تحقیق کی ہے کہ ایک مہینے کے روزے رکھنے سے بہت سی بیماریاں انسان کے جسم سے خودبخود دور ہو جاتی ہیں۔ روزوں کا جسمانی طور پر بھی فائدہ ہے اور روحانی طور پر بھی۔ کئی بندے وہ بھی ہوتے ہیں کہ جن کے گھر کا غسل خانہ غریب آدمی کے گھر سے بھی زیادہ مہنگا ہوتا ہے پورا سال وہ اپنی مرضی سے کھاتے پیتے ہیں اگر رمضان المبارک کے روزے نہ ہوتے تو ہوسکتا ہے انہیں یہ پتہ ہی نہ چلتا کہ جو غریب آدمی اپنے گھر میں بچوں کے ساتھ بھوکا ہے اس کے ساتھ کیا گزرتی ہے؟ اللہ تعالیٰ نے روزے فرض کر کے ہمارے اوپر احسان کیا۔ انسان جب سارا دن کچھ نہ کھائے کچھ نہ پیے تب خیال آتا ہے کہ جو بھوکا رہتا ہوگا اس کا کیا حال ہوتا ہوگا۔

روزہ، تھکن اور بے خوابی کا قدرتی علاج ہے

مالک الملک نے اس ہری بھری دنیا میں انسان پیدا فرما کر سمندروں، پہاڑوں اور تہ زمین میں چھپی ہوئی دولت کے خزانے اپنے استعمال میں لانے کیلئے دماغ، اعصاب، معدہ، انتڑیوں، گردن، جگر اور رنگارنگ ہارمونز (مفید جوہری رطوبات) سے ہمارے بدن کا خوبصورت ڈھانچہ بنادیا۔ قرآن حکیم میں انسان کو ظالم کے نام سے یاد فرما کر ہمارے سامنے لاتعداد حقیقتیں ظاہر کر دی گئی ہیں۔ سچ پوچھئے تو ہم لوگ صحت اور خوراک کے بارے میں اپنے اوپر بے حد ظلم کر رہے ہیں۔ شاید ہی کوئی خوش نصیب ایسا ہو جو قوانین حفظ صحت کا خیال کرے اور جانچ پڑتال کر کے مناسب غذا کھاتا ہو۔ روزمرہ کا مشاہدہ ہے کہ کام کرتے کرتے تھک کر ہمیں نیند آنے لگتی ہے مگر ہم دماغ کو آرام دینے کی جگہ گھنٹوں پڑھائی جاری رکھنے سے باز نہیں آتے۔

ہماری دماغی جھلیوں، عضلات اور رگ پٹھوں میں زہریلے فضلات جمع ہو جانے سے سر درد ہونے لگتا ہے۔ ظاہر ہے کہ ہماری قوت مدبرہ بدن سے زہریلے فضلات کو خارج کرنے اور آرام کرنے کیلئے درد اور تناؤ پیدا کر کے ہمیں خبردار کرتی ہے۔ اسپرین، انجلین، ساریڈان اور کوڈاپائرین جیسی زہریلی دوائیں استعمال کرنے شروع کر دیتے ہیں، عارضی فائدہ حاصل کر کے اصلی مرض کا علاج نہ کرنے سے دل کی کمزوری اور اعصابی امراض حاصل کر لیتے ہیں۔ ہمارا رگ پٹھوں سے بنا ہوا مضبوط معدہ جو سخت سے سخت غذا کو تین گھنٹوں میں پیس کر رکھ دیتا ہے۔ وقت بے وقت کھانے، نشاستہ اور ثقیل غذاؤں کی کثرت یا اپنی ہاضمہ رطوبات کی کمزوری کی وجہ سے کبھی پیٹ درد، اپھارہ یا دست قے کی علامات ظاہر کر کے ہم سے آرام کی درخواست کرتا ہے تو ہم کھانا بند نہیں کرتے اور مستقل خرابی ہضم کے مریض بن جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے سال بعد ایک ماہ کے روزے فرض کر کے ہمیں اپنی صحت درست کرنے اور تازہ دم ہونے کا علاج تجویز فرما دیا ہے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

(بقیہ: سات اذانیں پڑھیں، ہر پریشانی سے نجات پائیں)

گئے پھر کنڈیکٹر سے بھی تاکید کی۔ اس نے کافی تسلی دی۔ بچی کو اللہ کے سپرد کیا، کوچ سے نیچے اتری۔ مخصوص جگہ سے رکشہ لیکر گھر واپسی کی فکر تھی اسی چکر میں تین طرف سے ٹریفک میں پھنس چکی تھی دو رکشے کچھ اس طرح ٹکرائے اور درمیان میں راقمہ تھی۔ اللہ نے حفاظت فرمائی اور کسی انجانی طاقت نے فرنٹ روڈ کے کنارے لاکھڑا کیا۔ زندگی میں پہلی بار یہ واقعہ بھی دیکھا کہ رکشے والے دوسرے رکشے ڈرائیور کو ناراضگی سے کہہ رہے تھے کہ تمہاری لاپرواہی سے اگر کوئی حادثہ ہو جاتا تو پھر کیا ہوتا۔ پھر وہی رکشہ ڈرائیور اپنے رکشہ کو سڑک پر لے آیا راقمہ سے معذرت کی اور پھر اپنے رکشہ پر گھر چھوڑ گیا۔ شام کو بیٹی کا فون آ گیا امی میں خیریت سے ہوسٹل پہنچ گئی ہوں۔ کنڈیکٹر انکل نے میرا سامان اتار کے رکشہ میں رکھ دیا تھا۔ مجھے راستے میں کوئی تکلیف نہیں ہوئی۔ تمام راستے سورۂ قریش پڑھتی رہی۔

ایک بھائی (پوشیدہ)

اصلاحی کیفیت

جو میوزک کے شوقین ہیں یا تھے کہ سچی توبہ کر کے گانوں کی کیسٹیں ضائع کرنے کی بجائے ان میں درس ریکارڈ کر کے دوسروں میں تقسیم کریں

محترم حکیم صاحب! السلام علیکم اللہ تعالیٰ آپ پر اپنی رحمتیں اور برکتیں نازل فرمائے اور عبقری رسالے کو دن دگنی رات چگنی ترقی نصیب کرے۔ میری محسن صاحب سے جو عبقری کے دفتر میں موجود ہوتے ہیں ان سے فون پر بات ہوئی تھی کہ میرے گھر میں موجود کچھ کیسٹیں ہیں گانوں والی وہ میں آپ کو ارسال کر دیتا ہوں۔ آپ ان میں حکیم صاحب کا درس ریکارڈ کر کے میری طرف سے یہ کیسٹیں لوگوں میں بانٹ دیجئے گا۔ محسن انصاری صاحب نے حکیم صاحب سے پوچھا تو انہوں نے اس بات کی اجازت دی بلکہ انہوں نے کہا کہ وہ کیسٹ ریکارڈنگ کے بعد دوبارہ مجھے دے دیں گے تاکہ میں خود لوگوں میں بانٹ دوں لیکن میں نے محسن صاحب سے کہا کہ آپ میری طرف سے یہ کیسٹس خود مخلوق خدا میں بانٹ دیجئے میں اپنی طرف سے صدقہ جاریہ کرنا چاہتا ہوں سو میں یہ کیسٹس آپ کو ارسال کر رہا ہوں آپ ان میں درس ریکارڈ کر کے میری طرف سے لوگوں میں بانٹ دیجئے۔

میں ان لوگوں کو بھی دعوت دیتا ہوں جو میوزک کے شوقین ہیں یا تھے کہ سچی توبہ کر کے گانوں کی کیسٹیں ضائع کرنے کی بجائے ان میں درس ریکارڈ کر کے دوسروں میں تقسیم کریں۔ یہ یقیناً ہمارے گناہوں کا کفارہ اور کسی کی زندگی بدلنے کا ذریعہ بن جائے گا۔

فرض نمازوں کے بعد سورتیں پڑھنے کے فضائل

روایات میں آیا ہے جو شخص صبح کی نماز کے بعد سورۂ یٰسین پڑھتا ہو تو اس کے دن بھر کے تمام کام آسان ہو جاتے ہیں اور اس کی جملہ حاجات پوری ہوتی ہیں اور جو کوئی ظہر کی نماز کے بعد سورۃ الفتح پڑھ لے وہ دشمنوں اور حاسدوں کے شر سے محفوظ رہتا ہے اور جو عصر کی نماز کے بعد سورۃ النباء پڑھ لے تو یہ اس کے گناہوں کی تلافی کر دیتی ہے اور جو نماز مغرب کے بعد ہمیشہ سورۃ الواقعہ پڑھتا ہے اس کو کبھی فاقہ اور قحط کی شکایت نہیں ہوگی اور اسی طرح جو عشاء کی نماز کے بعد سورۃ الملک پڑھنے کو معمول بنائے تو اس کو عذاب قبر سے محفوظ کر دیا جاتا ہے۔ (حصن حصین) (علی رضا، اسلام آباد)

عائشہ نبیل' کراچی

اپنی شخصیت کو پسندیدگی کا درجہ دیجئے

خواتین ہوں یا مرد......اگر اپنی گفتگو سے ان چھوٹی چھوٹی خامیوں کو دور کرلیں تو یقینی طور پر ان کی شخصیت پسندیدگی کا بلند درجہ حاصل کرلے گی اور لوگ ان کی مثالیں دیا کریں گے۔ اگر غور کیا جائے تو زبان ہی آپ کی سب سے بڑی دشمن ہے جو کہ لوگوں سے خوشگوار روابط استوار نہیں ہونے دیتی۔

بزرگوں کا کہنا ہے کہ انسان کی اصلیت اس کی زبان کے نیچے پوشیدہ ہوتی ہے اور یہ بات ہے بھی سچ۔ کیونکہ سیانے کہہ گئے ہیں کہ زبان شیریں ہو تو پھر یہ ملک گیری کا باعث بن جاتی ہے لیکن اگر زبان و بیان میں تلخی ہو تو پھر انسان تنہا ہو کر رہ جاتا ہے جہاں تک بات لڑکیوں یا شادی شدہ خواتین کی ہے تو دیکھا گیا ہے کہ ان کے اکثر مسائل ''زبان'' کے باعث ہی جنم لیتے ہیں۔ مذہب اسلام نے آداب مجلس کیلئے جو احکامات دیئے ہیں ان میں سب سے زیادہ زور زبان کے درست استعمال کی ہی جانب ہے۔

بہت سارے گھرانوں میں یہ معمول ہے کہ بچوں کے سامنے لڑائی جھگڑے کیے جاتے ہیں اور ایک دوسرے سے بدزبانی کھلے عام کی جاتی ہے جسے دیکھ کر بچے یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ دنیا میں اپنی بات منوانے یا خود کو نمایاں رکھنے کا یہی طریقہ ہے جب گھر کے بڑے اس طرز عمل کا مظاہرہ کرنے کے عادی ہوں تو پھر بچوں سے یہ توقع کس طرح کی جاسکتی ہے کہ وہ اپنے معاملات میں مدمقابل سے شیریں زبان استعمال کریں گے۔

کسی خاتون کی عزت میں اس کے گھرداری کے سلیقے اور شیریں زبانی کا بہت بڑا دخل ہوتا ہے یہی وجہ ہے کہ جن کی مائیں اپنی بچیوں کی تربیت اس طریقے سے کرتی ہیں کہ شیریں زبانی اور آداب مجلس کا سلیقہ گھرداری کے ساتھ ساتھ ان کی زندگی کا حصہ بن جاتا ہے تو جب یہ اپنے گھربار کی ہوتی ہیں تو تربیت کے اسی وصف کے باعث وہ بھرے پُرے سسرال میں بھی سب کے دلوں پر راج کرتی ہیں لیکن جو لڑکیاں ماؤں کی تربیت کے اس اصول کو سنجیدگی سے نہیں لیتی ہیں آگے چل کر اس بات کے ان کی زندگیوں میں منفی اثرات پڑتے ہیں اور نتیجتاً زندگی تلخ ہونے لگتی ہے۔

کسی بھی لڑکی کی تربیت ایک اصولی تکون کے گرد گھومتی ہے اور وہ تکون ہے گھرداری' شیریں زبان اور آداب مجلس سے آگہی۔ حسن سلیقہ کے بغیر لڑکی کی تربیت مکمل نہیں ہوتی ہے اور شخصیت کی تعمیر میں اس اہم عنصر کی کمی رہ جائے تو بعض اوقات اچھے بھلے خوش وخرم اور آباد گھرانے بھی بربادی کا شکار ہوکر رہ جاتے ہیں۔ اکثر گھرانوں کی تباہی کے پیچھے حسن سلیقہ کی کمی ہوتی ہے جہاں خواتین اپنے خیالات کو دوسروں پر ٹھونستے ہوئے دوسروں کی تو کیا اپنی بھی مدد نہیں کرپاتی ہیں۔ حسن سلیقہ محض یہ نہیں کہ لڑکیوں کو صفائی ستھرائی' سلائی کڑھائی اور کھانے پکانے کی مکمل تربیت حاصل ہو بلکہ وہ گھر کی مختلف صورتحال میں ڈیمانڈز کو بھی سمجھیں انہیں اچھی طرح علم ہو کہ فلاں جگہ ان کا کیا کردار ہے اور اسے کس طرح موثر انداز میں نبھا کر حالات میں بہتری پیدا کی جاسکتی ہے۔

آداب مجلس سے آگہی انسان کے رویوں کی تربیت کرتی ہے لہٰذا جب لوگوں سے ملیں جلیں تو اس وقت اور اس کے بعد اپنی شخصیت کا جائزہ ضرور لیں کہ کیا آپ کا رویہ آداب مجلس کے عین مطابق تھا یا نہیں؟ اگر جواب نہ میں ملے تو پھر ان خامیوں کو دور کرنے کی کوشش کریں اور اس بات کا تہیہ کرلیں کہ آئندہ ان منفی رویوں کو نہیں دہرائیں گے۔

بدمزاجی سے بچیں: ہر وقت منہ پھلائے رہنا اچھی بات نہیں۔ کوئی مہمان آئے تو اس سے بات نہ کرنا' گھر میں کسی بڑے نے کچھ کہہ دیا تو سارا دن ناراض رہنا مناسب رویہ نہیں۔ اس سے نہ صرف خود کو تکلیف ہوتی ہے بلکہ دوسروں پر بھی یہ آپ کی شخصیت کا غلط تاثر پیدا کرتی ہے۔ آداب مجلس کا تقاضا ہے کہ جب دوسرے آپ سے ملیں تو ان سے مسکراتے ہوئے ملیں' ان سے باتیں کریں' خیریت دریافت کریں اور ان کی تواضع کریں۔

دل شکنی مت کریں: بعض خواتین کی یہ عادت ہوتی ہے کہ وہ ہر چیز میں نقص نکال دیتی ہیں اگر ان کی کوئی بہن' کزن یا سہیلی انہیں اپنی خریدی ہوئی چیز دکھارہی ہو تو کہتی ہے کہ یہ فضول ہے یا...... معمولی ہے۔ یہ بات بظاہر تو چھوٹی سی ہے لیکن اس سے دوسرے کی دل آزاری ہوتی ہے اگر ہم دوسرے کے احساسات کا خیال رکھتے ہوئے ان کی چیزوں کی تعریف کردیں تو اس میں حرج کیا ہے اگر ہم ایک دوسرے کے خلوص اور محبت کی قدر کریں تو اس سے رنج وغم ہلکے ہوجاتے ہیں لہٰذا دوسروں کی دل شکنی سے گریز کریں۔

حسد و رشک کے مابین فرق کو پہچانیں: مردوں کے مقابلے میں خواتین کے اندر حسد و رشک کے جذبات زیادہ ہوتے ہیں۔ کسی دوسرے کی کامیابی پر نیک نیتی اور خلوص دل سے رشک کرنا بہت اچھی بات ہے لیکن اگر اس رشک کے نتیجے میں حسد جنم لے تو پھر اس سے غیبت جنم لے لیتی ہے جو اسلام میں قابل مواخذہ عمل ہے لہٰذا دوسروں کی کامیابیوں اور خوشیوں پر خوش ہوں اور سچے دل سے رشک کریں لیکن خیال رہے کہ اس میں حسد نہ شامل ہونے پائے۔ وسعت قلبی سے کام لے کر رواداری کا سبق سیکھیں اور دوسروں سے حسد کرنے کے بجائے اپنے آپ کو بہتر بنانے کی کوشش کریں کیونکہ حسد آپ کو اندر ہی اندر دیمک کی طرح کھاجاتا ہے۔

طنزیہ گفتگو سے پرہیز کریں: عام طور پر دیکھا گیا ہے کہ لوگ آپس میں گفتگو کرتے ہوئے طنز کا کوئی پہلو ہاتھ سے نہیں جانے دیتے اور یہ سوچنا گوارا تک نہیں کرتے کہ ان کی باتوں سے سامنے والے کو کس دکھ یا تکلیف سے گزرنا پڑتا ہے۔ طنزیہ گفتگو کے ماہر ایسے ذومعنی فقرے بھی کہہ دیتے ہیں جس کا مطلب کوئی کچھ بھی نکال سکتا ہے اور ایک وقت آتا ہے کہ تعلقات میں دراڑ پڑنا شروع ہوجاتی ہے اور پھر سمجھانے کے باوجود کسی بات کی وضاحت کرنا مشکل ہوجاتا ہے لہٰذا طنزیہ اور ذومعنی باتوں سے پرہیز کریں اور صاف صاف بات کرنے کی عادت ڈال لیں جس سے کسی کو تکلیف نہ پہنچے۔ دوسروں کی خامیاں اور نقائص پر طنز کرنے کے بجائے اکثر مثبت پہلوؤں کو اجاگر کیا جائے تو اس سے تعلقات میں مضبوطی آتی ہے۔

خودنمائی مت کریں: بہت بری عادت ہے......اس سے کئی سماجی برائیاں جنم لیتی ہیں جن میں جھوٹ بولنے اور باتوں کو بڑھا چڑھا کر بیان کرنے جیسی عادت بھی شامل ہے۔ بھری محفل میں اپنے گھر کی آسائشوں اور لمبی کار کا تذکرہ ممکن ہے کہ کچھ لوگوں کو مرعوب کردے لیکن بہت سے لوگوں میں احساس کمتری پیدا ہوسکتا ہے۔ مجلس میں بیٹھ کر کسرنفسی سے کام لیں اور یہ نکتہ ذہن میں بٹھالیں کہ جھوٹی شان انسان کو نیچا اور کسرنفسی کی عادت انسان کو بہت بلند بنادیتی ہے۔ مجلس میں بیٹھ کر سرگوشی یا کانا پھوسی سے گریز کریں۔ محفل میں نمایاں ہونے کیلئے بڑھ چڑھ کر باتیں کرنے سے کہیں بہتر ہے کہ اپنے اندر بردباری اور وقار پیدا کریں اس سے دوسروں کے دلوں میں آپ کی عزت بڑھے گی اور آپ کو اچھے لفظوں میں یاد کریں گے۔

خواتین ہوں یا مرد......اگر اپنی گفتگو سے ان چھوٹی چھوٹی خامیوں کو دور کرلیں تو یقینی طور پر ان کی شخصیت پسندیدگی کا بلند درجہ حاصل کرلے گی اور لوگ ان کی مثالیں دیا کریں گے۔ اگر غور کیا جائے تو زبان ہی آپ کی سب سے بڑی دشمن ہے جو کہ لوگوں سے خوشگوار روابط استوار نہیں ہونے دیتی۔

زیارت رسول صلی اللہ علیہ وسلم کا انمول وظیفہ

محمد مرتضیٰ، لاہور

میں نے حضور اکرم ﷺ کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ جو مسلمان بھی کسی مسلمان کو کپڑا پہناتا ہے تو جب تک اس کے جسم پر اس کپڑے کا ایک ٹکڑا رہے گا اس وقت تک وہ پہنانے والا اللہ کی حفاظت میں رہے گا۔

سورۂ یٰسین میں دس قسم کی عظیم الشان برکات ہیں

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ نے حضور اقدس ﷺ کا یہ ارشاد نقل کیا ہے تم یٰسین پڑھا کرو کیونکہ یٰسین میں دس قسم کی برکتیں ہیں، جو بھوکا پڑھتا ہے وہ سیر ہوجاتا ہے، جو پیاسا پڑھتا ہے وہ سیراب ہوجاتا ہے جو برہنہ پڑھتا ہے اسے لباس پہنا دیا جاتا ہے جو غیرشادی شدہ پڑھتا ہے اس کی شادی ہوجاتی ہے، جو قیدی پڑھتا ہے وہ بری ہوجاتا ہے، جو مسافر پڑھتا ہے اس کی سفر پر مدد کی جاتی ہے جو مقروض پڑھتا ہے اس کا قرض ادا ہوجاتا ہے جو کسی گمشدہ چیز کی وجہ سے پڑھتا ہے وہ اس کو پالیتا ہے کسی قریب المرگ کے پاس پڑھی جائے تو اس پر نزع کی آسانی ہوجاتی ہے۔ **(ابن مردویہ)**

عذاب قبر سے حفاظت والی سورۃ

ابن مسعود رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ سورۃ **ملک** کا ایک نام مانعہ ہے یعنی بحکم خداوندی پڑھنے والے سے عذاب کو روکتی ہے۔ ایک شخص کے پاس قبر میں عذاب کے فرشتے سر کی طرف سے آئے سر نے کہا تمہارے لیے مجھ پر کوئی راہ نہیں کیونکہ اس نے میرے اندر سورۂ **ملک** محفوظ کی ہے پھر پیروں کی طرف سے آئے پیر کہیں گے تمہارے لیے ہم پر بھی کوئی راستہ نہیں کیونکہ یہ شخص ہم پر کھڑا ہوکر سورۂ **ملک** پڑھا کرتا تھا تو اللہ کے حکم سے یہ سورت اپنے قاری سے عذاب کو ٹال دے گی۔ جو یہ سورت رات کو پڑھ لے اس نے بہت زیادہ اور بیحد عمدہ کمائی کر لی۔

حضور ﷺ کی زیارت کا طریقہ

بزرگوں نے لکھا ہے کہ اگر کسی شخص کو نبی کریم ﷺ کی زیارت کا شوق ہو وہ جمعہ کی رات میں دو رکعت نفل نماز اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد گیارہ مرتبہ آیۃ الکرسی اور گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد سو مرتبہ یہ درود شریف پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ۔ اگر کوئی شخص چند مرتبہ یہ عمل کرے تو اللہ تعالیٰ اس کو حضور اقدس ﷺ کی زیارت نصیب فرمادیتے ہیں بشرطیکہ شوق اور طلب کامل ہو اور گناہوں سے بھی بچتا ہو۔

مسلمان کو کپڑا پہنانے والا اللہ کی حفاظت میں رہتا ہے

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ کے پاس ایک سائل آیا (اور اس نے کچھ مانگا) حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ نے اس سے کہا: کیا تم اس بات کی گواہی دیتے ہو کہ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں ہے اور محمد ﷺ اللہ کے رسول ہیں؟ اس نے کہا جی ہاں! حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ نے پوچھا رمضان کے روزے رکھتے ہو؟ اس نے کہا جی ہاں! حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ نے کہا: تم نے مانگا ہے اور مانگنے والے کا حق ہوتا ہے اور یہ ہم پر حق ہے کہ ہم تمہارے اوپر احسان کریں پھر حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہٗ نے اسے کپڑا دیا اور فرمایا: میں نے حضور اکرم ﷺ کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ جو مسلمان بھی کسی مسلمان کو کپڑا پہناتا ہے تو جب تک اس کے جسم پر اس کپڑے کا ایک ٹکڑا رہے گا اس وقت تک وہ پہنانے والا اللہ کی حفاظت میں رہے گا۔ **(حیاۃ الصحابہ جلد۲ صفحہ۲۷۲)**

دو جھگڑنے والوں کو دیوار کی نصیحت

بنی اسرائیل میں سے ایک آدمی کا انتقال ہوگیا، اس کے دو بیٹے تھے ان دونوں کے مابین ایک دیوار کی تقسیم کے سلسلے میں جھگڑا ہوگیا جب دونوں آپس میں جھگڑ رہے تھے تو انہوں نے دیوار سے ایک غیبی آواز سنی کہ تم دونوں جھگڑا مت کرو کیونکہ میری حقیقت یہ ہے کہ میں ایک مدت تک اس دنیا میں بادشاہ اور صاحب مملکت رہا پھر میرا انتقال ہوگیا اور میرے بدن کے اجزاء مٹی کے ساتھ مل گئے۔ پھر اس مٹی سے کمہار نے مجھے گھڑے کی ٹھیکری بنا دیا ایک طویل مدت تک ٹھیکری کی صورت میں رہنے کے بعد مجھے توڑ دیا گیا۔ پھر ایک لمبی مدت تک ٹکڑوں کی صورت میں رہنے کے بعد میں مٹی اور ریت کی صورت میں تبدیل ہوگیا۔ پھر کچھ مدت کے بعد لوگوں نے میرے اجزائے بدن کی اس مٹی سے اینٹیں بنا ڈالیں اور آج تم مجھے اینٹوں کی شکل میں دیکھ رہے ہو، لہٰذا تم ایسی مذموم و قبیح دنیا پر کیوں جھگڑتے ہو۔

عقلمند بوڑھا

ماسٹر حکیم اللہ ورسک، دیر پائین

بادشاہ سلامت! ہمیں یہاں سے اب جلدی جانا چاہیے کیونکہ ہم نے اس بوڑھے کو بے وقوف سمجھا تھا لیکن وہ بہت عقلمند نکلا

ایک دفعہ ہارون الرشید مع وزیر کے جنگل کی سیر کو چلے، ایک بوڑھے کو دیکھا کہ باغ میں گٹھلیاں بو رہا ہے۔ خلیفہ نے وزیر سے کہا کہ اس سے پوچھو کیا بو رہا ہے۔ جب وزیر نے پوچھا تو اس نے کہا کہ کھجور کی گٹھلیاں بو رہا ہوں، خلیفہ نے پوچھا کہ یہ کتنے برس میں پھل لے آئیں گے۔ بوڑھے نے کہا کہ بیس پچیس سال کے بعد۔ خلیفہ ہنسا کہ بوڑھے میاں کے پیر قبر میں لٹک رہے ہیں اور بیس پچیس سال آئندہ کا سامان کر رہے ہیں۔ وزیر نے یہ بات بوڑھے سے کہی تو وہ کہنے لگا کہ اگر سب باغ لگانے والے یہی سوچا کرتے جو تم سوچتے ہو تو آج تم کو ایک کھجور بھی نصیب نہ ہوتی۔ میاں! دنیا کا کام یوں ہی چلتا ہے کہ کوئی لگاتا ہے، کوئی کھاتا ہے۔ خلیفہ نے یہ معقول جواب سن کر کہا نَعَم ''بے شک صحیح ہے'' اور ہارون رشید کا یہ قاعدہ تھا کہ جس شخص کی بات پر نَعَم کہہ دیں اس کو ایک ہزار دینار دیئے جائیں۔ چنانچہ وزیر نے اس وقت ایک ہزار دینار کا توڑا اس کے حوالے کیا۔ اس کے بعد دونوں آگے چلنے لگے۔ تو بوڑھے نے کہا کہ میری ایک بات سنتے جاؤ وزیر نے کہا کہو کیا بات ہے؟ بوڑھے نے کہا کہ کسی کا بیج تو بیس پچیس سال میں پھل لاتا ہے لیکن میری بیج نے ایک ہی ساعت میں پھل لے کے آیا۔ خلیفہ نے پھر کہا نَعَم۔ وزیر نے ایک ہزار دینار کا دوسرا توڑا اس کے حوالے کیا۔ پھر آگے چلنے لگے تو بوڑھے نے کہا کہ چلتے چلتے میری ایک اور بات سنیے اور وہ بات یہ ہے کہ کسی کا بیج تو سال میں ایک مرتبہ پھل لاتا ہے اور میرا بیج تو ایک ہی ساعت میں دو مرتبہ پھل لے آیا۔ خلیفہ نے خوش ہوکر پھر کہا نَعَم وزیر نے ایک ہزار دینار کا تیسرا توڑا بوڑھے میاں کو حوالے کیا۔ وزیر نے بادشاہ سے عرض کیا کہ بادشاہ سلامت! ہمیں یہاں سے اب جلدی جانا چاہیے کیونکہ ہم نے اس بوڑھے کو بے وقوف سمجھا تھا لیکن وہ بہت عقلمند نکلا۔ باتوں باتوں میں ہم کو لوٹ لے گا۔

محترم قارئین! جب سلاطین دنیا کی یہ عطا ہے کہ ذرا ذرا سی بات پر خوش ہوکر اتنا دیتے ہیں تو حق تعالیٰ شانہٗ جو بادشاہوں کے بادشاہ ہے اگر بے شمار عطا فرمائیں تو کیا عجب ہے۔ اگر ہم سب یہ عزم کریں کہ ہر وقت اور ہر جگہ لوگوں کے پاس جا جا کر اللہ تعالیٰ کی عظمت اور تعریف کریں تو اللہ تعالیٰ ہماری ان باتوں سے خوش ہوکر کتنا بڑا انعام عطا فرمائیں گے۔

کالے جادو سے تڑپتے سسلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

شوہر کی توجہ | ویزے کا حصول | دوسری شادی | گہری نیند | کرائے کا مکان

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

شوہر کی توجہ

(ندرت' لاہور)

شادی کو چند سال ہوئے ہیں' شوہر شروع میں تو توجہ دیتے تھے لیکن اب وہ ذرا سی بات پر ناراض ہوجاتے ہیں۔ گھر میں بھی کم وقت گزارتے ہیں۔ ان کی طبیعت میں لاپروائی بھی بڑھ گئی ہے۔ میں نے کئی بار ان سے اس موضوع پر بات کی لیکن وہ میری بات پر دھیان نہیں دیتے بلکہ ان کا مزاج تلخی کی طرف مائل ہوجاتا ہے۔

جواب: اس طرح کی صورتحال کے اسباب پر بھی توجہ دینا ضروری ہے۔ جن میں کام کا دباؤ' گھر کے ماحول میں سکون و اطمینان کی کمی' جذباتی نا آسودگی وغیرہ شامل ہیں۔ ان تمام امور کا بغور اور گہرا تجزیہ کیا جائے اور اس کے مطابق عملی اقدامات بھی کیے جائیں اس کے ساتھ ساتھ آپ روزانہ نماز عشاء کے بعد اول آخر درود شریف کے ساتھ بسم اللہ شریف ایک سو ایک بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ اس عمل کو کم از کم نوے دنوں تک کیا جائے۔ بعض دنوں میں نہ کرسکیں تو وہ شمار کر کے بعد میں پورے کرلیں۔

سسرال

(کوکب شکیل' کراچی)

میرے اوپر ایک ماں ہونے کے علاوہ بھی کئی ذمہ داریاں ہیں۔ ملازمت بھی کرتی ہوں۔ میری تین بیٹیاں ہیں اور بیٹا کوئی نہیں ہے۔ پریشانی میں مزید اضافہ یوں ہوگیا ہے کہ شوہر بھی مجھ پر وہ توجہ نہیں دیتے جس کی میں مستحق ہوں۔ سسرال میں بھی لوگوں کی نظروں میں میرا وہ مقام نہیں جو دوسروں کا ہے۔ بیٹا نہ ہونا میرے لیے دوہری اذیت کا باعث بنا ہوا ہے۔

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ سورۂ مریم کی آیت نمبر 4 گیارہ بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔ کم از کم چھ ماہ تک ضرور پڑھیں۔ اس کے بعد بھی جاری رکھ سکتی ہیں۔ اللہ تعالیٰ فضل و کرم فرمائیں گے۔

کرائے کا مکان

(امبر علیم' اسلام آباد)

معاشی و مالی پریشانی سے دوچار ہوں' پہلے جس مکان میں رہائش تھی وہ جائیداد کی تقسیم کی وجہ سے فروخت ہوگیا اور مجبوراً ہمیں کرائے کے مکان میں منتقل ہونا پڑا۔ اس سے مزید مالی بوجھ آپڑا ہے۔ دن رات یہی مسئلہ ذہن میں گردش کرتا رہتا ہے۔ شوہر محنت کررہے ہیں لیکن معاشی و مالی تنگی برقرار ہے۔

جواب: نصف رات کے بعد دو رکعت نماز نفل ادا کرنے کے بعد مصلے پر بیٹھ جائیں۔ گیارہ بار درود شریف کے بعد سورۂ اخلاص پڑھیں۔ بعد ازاں درود شریف پڑھ کر وظیفہ ختم کردیں۔ وظیفے کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ اس وظیفے پر کم از کم نوے دنوں تک عمل کیا جائے۔ آپ کے شوہر یا پھر آپ اس وظیفے پر عمل کریں۔

نیا مکان

(سلمیٰ خان' راولپنڈی)

ہم نے ایک نیا مکان خریدا۔ کچھ عرصے بعد بہن نے بتایا کہ اس نے رات کو کسی کے چلنے کی آواز محسوس کی ہے۔ بعد ازاں بھائی نے بتایا کہ اس نے کسی کو مکان کے برآمدے میں گزرتے محسوس کیا۔ یہ سب کچھ تیزی سے واقع ہوکر ختم ہوجاتا ہے اور اکثر رات کے وقت ہوتا ہے۔ بعض دفعہ آوازیں بھی سنی گئیں جسے ہم نے پہلے پہل وہم تصور کیا۔ لیکن پھر اسے حقیقت ماننا پڑا۔ پڑوس کے بعض لوگوں کا کہنا ہے کہ پہلے بھی یہاں کے مکینوں نے ایسی ہی کچھ باتیں محسوس کی تھیں۔ گھر والوں کے اندر عموماً اور بہن کے اندر خصوصاً خوف بڑھ گیا ہے۔

جواب: رات کے وقت سورۂ بقرہ کا آخری رکوع اول و آخر درود شریف کے ساتھ تلاوت کر کے گھر کے چاروں کونوں کی طرف منہ کر کے دم کردیں۔ اس عمل کو گھر کا کوئی بھی فرد چالیس دنوں تک انجام دے۔ انشاء اللہ غیر معمولی واقعات اور ڈر خوف کا خاتمہ ہوجائے گا۔

بیرون ملک

(چودھری رفیق' سیالکوٹ)

میں بیرون ملک جانے کی کوشش کرتا ہوں۔ میرا کام ہوتے ہوتے رہ جاتا ہے۔ بیرون ملک جانے کے حالات نہیں بن پارہے ہیں۔ اس لیے پاکستان میں بھی دل لگا کر کام نہیں کرتا۔

جواب: نماز عشاء کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ اکیس بار آیت الکرسی پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ اللہ تعالیٰ پر توکل کریں اور دعا کریں کہ جو کچھ آپ کے حق میں بہتر ہے وہ واضح ہوکر سامنے آجائے۔ انشاء اللہ فضل الٰہی شامل حال ہوگا۔

بداثرات

(ناہید خان' پشاور)

میری شادی کی بات شروع ہوئی۔ رشتہ لانے والے ہمارے جاننے والے تھے اور ان کی پوری کوشش تھی کہ یہ رشتہ ہوجائے۔ دونوں گھرانوں کیلئے یہ رشتہ موزوں تھا لیکن نہ جانے کیا ہوا کہ بات چیت ختم ہوگئی۔ کچھ عرصے بعد دوبار ایک جگہ بات چیت شروع ہوئی لیکن وہ بھی اچانک ختم ہوگئی جبکہ دونوں بار ہر طرح سے امید پیدا ہوگئی تھی کہ رشتہ ہوجائیگا سب لوگ دوبارہ بات چیت ختم ہونے پر حیران ہیں۔

جواب: نماز عشاء کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ سات بار سورۂ اخلاص اور نماز فجر کے بعد اول و آخر درود شریف کے ساتھ پانچ مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر دعا کیا کریں۔ انشاء اللہ ہر قسم کی رکاوٹوں سے اللہ تعالیٰ تحفظ رکھیں گے۔ صدقہ و خیرات بھی دیا کریں۔

بدخواہ

(سلمیٰ' گوجرانوالہ)

گزشتہ کئی برسوں سے ہماری کاروباری حالت روبہ زوال ہے۔ شوہر اور ان کے ساتھی کئی طرح سے کوششیں کرچکے ہیں لیکن ابھی تک کوئی خاص نتیجہ مرتب نہیں ہوا ہے۔ ہمارے دوست کم اور دشمن یا بدخواہ زیادہ ہیں اور کئی افراد تو ہماری برائی

کے خواہاں ہیں۔طرح طرح سے رکاوٹیں ڈال رہے ہیں۔ ان کی کوشش ہے کہ ہماری مالی و معاشی حیثیت مستحکم نہ ہونے پائے۔ہماری خواہش ہے کہ تائید الٰہی حاصل اور بدخواہ اپنے مقصد میں کامیاب نہ ہو سکیں۔

جواب: ضرورت مند افراد کی مالی مدد اور فلاحی کاموں میں شرکت کو معمول بنالیں۔ اللہ پر بھروسہ و توکل رکھیں۔انشاء اللہ کوئی بدخواہ نقصان نہیں پہنچا سکے گا۔نماز کی پابندی کے ساتھ ساتھ سورۂ توبہ کی آخری آیت گیارہ بار اور آیت الکرسی تین بار نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد آپ اور آپ کے شوہر پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کیا کریں۔

حصول روزگار

(راشد نعیم' ملتان)

میں حصول معاش اور روزگار کی طرف سے مسائل و رکاوٹ کا شکار ہوں۔کام مشکل سے ملتا ہے اور اگر ملتا ہے تو معاوضہ و تنخواہ کم ہوتی ہے۔ بہت سے جاننے والوں کے ذریعے کوششیں کیں اور خود بھی محنت و جدوجہد کرتا ہوں لیکن مطلوبہ نتائج سے محروم ہوں۔

جواب: اپنی پیشہ ورانہ قابلیت اور صلاحیتوں میں بھی اضافے کی کوشش کرتے رہیں۔اس کے ساتھ ساتھ نماز فجر کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ بار پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں اور نماز عشاء کے بعد گیارہ بار آیت الکرسی پڑھ کر دست دعا دراز کیا کریں۔انشاءاللہ روزگار میں برکت و فراخی جلد حاصل ہوگی۔ محنت و کوشش جاری رکھیں اور صبر و استقامت سے کام لیں۔

گہری نیند

(شہباز علی' لاہور)

مجھے نیند کم آتی ہے اور جب بھی سوتا ہوں تو گہری نیند نہیں ہوتی بلکہ مختلف خیالات ذہن کے اندر گردش کرتے رہتے ہیں۔مختصر یہ کہ ذہن طرح طرح کے خیالات میں الجھا رہتا ہے جس سے ذہنی سکون حاصل نہیں ہوتا۔ بیدار ہونے کے بعد بھی یوں محسوس ہوتا ہے جیسے میں سو رہا ہوں اور ذہن کو تروتازگی حاصل نہیں ہوتی۔ گہری نیند کی کمی اور مختلف خیالات کی وجہ سے ذہنی طور پر فعال نہیں رہتا بلکہ تھکاوٹ سی رہتی ہے اور مختلف کاموں میں پورے طور سے ذہن کو استعمال نہیں کر پاتا۔

جواب: رات سونے سے پہلے کمرے میں اندھیرا کر لیں اور کسی مناسب جگہ بیٹھ جائیں۔ کمر سیدھی رکھیں آنکھیں بند کرلیں۔ آہستگی سے سانس اندر لیں اور جب سانس پورا ہو جائے تو ایک بار یَـا رَحِیۡمُ پڑھ کر سانس کو اسی طرح باہر نکالیں۔ یہ عمل بہت آہستگی سے انجام دیا جائے اور توجہ کو پوری طرح سانس پر مرکوز رکھا جائے اور کم و بیش پندرہ بیس منٹ تک مسلسل جاری رکھیں۔ انشاء اللہ نہ صرف نیند بہتر ہو جائے گی بلکہ خیالات کا دباؤ بھی ختم ہو جائے گا۔غذا پر بھی توجہ دیں۔سبزیاں اور تازہ پھل کھایا کریں۔نمک اور کھٹی اشیاء سے پرہیز کریں۔کوئی طبی مسئلہ نہ ہو تو قدرتی مٹھاس پھل' کھجور وغیرہ کا استعمال بھی اعتدال کے ساتھ کیا کریں۔

نماز کی نیت

(انوار سعید' اسلام آباد)

نماز ادا کرنے کیلئے نیت باندھتا ہوں تو بے ربط اور بے معنی خیالات کثرت سے آنے لگتے ہیں اور اکثر ایسے خیالات آجاتے ہیں جن سے قلب و روح پر بے چینی طاری ہو جاتی ہے کبھی تو پریشان ہو کر ارادہ کرتا ہوں کہ نیت توڑ کر دوبارہ نماز شروع کروں۔ میں اس ذہنی انتشار اور کثیف خیالات سے سخت پریشان ہوں۔لوگ کہتے ہیں کہ ان خیالات پر توجہ نہ دو لیکن یہ خیالات دل و دماغ پر سوار ہو کر نماز میں سخت رکاوٹ پیدا کر دیتے ہیں۔

جواب: مندرجہ ذیل باتوں پر عمل کریں۔

1۔نماز کے دوران اپنی نگاہیں سجدے کے مقام پر رکھیں اور یہ تصور قائم رکھا کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے موجود ہیں۔

2۔نماز شروع کرنے سے پہلے تین بار درود شریف اور گیارہ بار آیت کریمہ پڑھ لیا کریں۔

3۔رات سونے سے پہلے آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں تصور کریں کہ آپ عرش الٰہی کے نیچے ایک وسیع و عریض جگہ پر چل پھر رہے ہیں۔یہ عمل دس منٹ تک اندھیرے میں کیا جائے۔

دوسری شادی

(ثناء' لاہور)

یہ مسئلہ میری ایک عزیزہ کا ہے۔وہ شادی شدہ ہے اور تین بچے ہیں۔میاں بیوی میں پہلے ذہنی ہم آہنگی تھی جو ختم ہوگئی۔ دونوں میں ناراضگی ہے۔اس لیے کہ شوہر کسی دوسری لڑکی میں دلچسپی لے رہے ہیں اور شادی کرنا چاہتے ہیں۔اگر لڑکی احتجاج کرتی ہے تو وہ اسے طلاق کی دھمکی بھی دے ڈالتا ہے۔لڑکی بہت پریشان ہے اور اکثر رونے لگتی ہے۔گھر اور بچوں پر توجہ کم ہوگئی ہے۔اس سے بچوں کی تعلیم و تربیت اور مستقبل کے متاثر ہونے کا اندیشہ پیدا ہو گیا ہے۔

جواب: ذہنی ہم آہنگی میں کمی کی وجوہات پر ٹھنڈے دل سے غور کیا جائے اور ان اسباب کو سمجھا جائے جو اس صورتحال کا باعث ہیں۔شوہر سے لڑنے احتجاج کرنے کے بجائے حکمت و تدبر کے ساتھ عملی اقدامات کریں۔گھر اور بچوں پر عدم توجہ صورتحال کو مزید خراب کر سکتی ہے لہٰذا اس سے بچیں۔اس کے ساتھ ساتھ روزانہ رات کو کسی وقت پوری بسم اللہ شریف ایک سو ایک بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیے جائیں۔کم از کم نوے دنوں تک یہ عمل ضرور کیا جائے۔

ویزے کا حصول

(ساجدہ ہما' راولپنڈی)

میرے شوہر ویزے کے حصول کیلئے کوشاں ہیں لیکن مسئلہ حل نہیں ہو رہا ہے۔ہم نے اپنے طور پر تمام شرائط پوری کر دی ہیں لیکن پھر بھی تاخیر ہو رہی ہے اور معاملہ طول پکڑتا جا رہا ہے۔

جواب: نماز فجر کے بعد گیارہ بار آیت الکرسی اور نماز عشاء کے بعد سورۂ اخلاص تین بار اول آخر درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کی جائے۔ یہ عمل آپ اور آپ کے شوہر کم از کم نوے دنوں تک ضرور کریں اور ساتھ میں صدقہ و خیرات بھی دیں۔

ہر قسم کے بخار کیلئے گھریلو علاج

قارئین آپ کی خدمت میں ایک تحفہ پیش خدمت ہے۔ہر قسم کے بخار کیلئے تخم ملنگا جو شربت میں ڈالتے ہیں ایک چائے والا چمچ تخم ملنگا کا اور ایک کپ نیم گرم دودھ لیں اور تھوڑی چینی لیں۔ رات کو سونے سے پہلے تخم ملنگا صاف کر کے دودھ میں ڈالیں' دس منٹ بعد رات سونے سے پہلے پی لیں اور پھر رات کو پانی نہیں پینا۔ تین دن کرنے سے ہر قسم کا بخار اللہ کے حکم سے ختم ہو جائے گا۔

میرے دوست کے بیٹے کو سخت بخار ہو گیا تھا۔ٹھیک ہی نہیں ہو رہا تھا۔ ہر قسم کا علاج کروایا لیکن آرام نہیں آیا۔ میں نے اس کو یہ نسخہ بتایا لیکن اس نے استعمال نہیں کیا۔خدا کا کرنا ایسا ہوا کہ رمضان شریف آگیا۔ روزہ افطار کرتے تھے تو شربت میں پورا مہینہ تخم ملنگا یا تخم بالنگو شربت میں استعمال کرتے تھے۔تخم ملنگا سے بخار بالکل ٹھیک ہو گیا پھر میرا دوست مان گیا۔ محترم حکیم صاحب! آپ کی دوائی جوہر شفاء مدینہ کی کیا بات ہے' ہر مرض کیلئے استعمال کیا اللہ نے شفاء دی۔ کتاب سے نسخہ لے کر بہت دفعہ بنائی اور لوگوں کو مفت تقسیم کیا سب کو فائدہ ہوا۔ **(محمد غیاث' پشاور)**

حکیم مہتاب حسین دہلوی' نوشہرہ کینٹ

اب سر درد آپ کو پریشان نہیں کریگا

گل سرخ 5 تولہ' الا ئچی خورد 1 تولہ' سبز چائے 5 تولہ' مغز بادام 5 تولہ' تمام کو کوٹ لیں اور ایک پاؤ دودھ میں قدرے قندسیاہ یعنی گڑ سے میٹھا کر کے ایک تولہ دوا ڈال کرا بالیں اور نیم گرم نوش فرما دیں نیز یہ عمل رات کو سوتے وقت کریں۔

امراض سر میں زیادہ تر دردسر ہی قابل ذکر ہے۔ اس کی بہت سی وجوہات ہیں اور بہت سی اقسام ہیں لیکن میں یہاں صرف دو وجوہات بیان کرنا چاہتا ہوں۔ دردسر کی ایک وجہ ہائی بلڈ پریشر اور لو بلڈ پریشر ہیں۔ دونوں ہی دردسر کا سبب بنتے ہیں۔ دوسری وجہ قبض ہے۔ قبض کی وجہ سے تبخیر معدہ دردسر کا سبب بنتا ہے۔ لیجئے طبی مجربات برائے دردسر حاضر خدمت ہیں۔

سفوف برائے دردسر بوجہ ہائی بلڈ پریشر

ھوالشافی: سورنجان شیریں' اسطخدوس' کشنیز' الا ئچی خورد' ہڑ' بہیڑہ' آملہ' چھوٹی چندن' صندل سفید ہر ایک اڑھائی تولہ۔ سب کو کوٹ لیں اور ان کی چالیس پڑیا بنالیں اور ان پڑیوں پر درج ذیل آیت پڑھیں۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. یُسَبِّحُ لِلّٰہِ مَافِی السَّمٰوٰتِ وَمَافِی الْاَرْضِ لَہُ الْمُلْکُ وَلَہُ الْحَمْدُ وَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَیْ ءٍ قَدِیْرٌ۔ (التغابن 1) یہ آیت اکیس بار پڑھ کر ان پڑیوں پر دم کریں اور رات کو سوتے وقت ایک گلاس گرم پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو چھان کر نہار منہ پی لیں۔ پھر نماز فجر ادا کریں۔

سفوف دردسر بوجہ لو بلڈ پریشر

ھوالشافی: زنجبیل' اسطخدوس' ہڑ' بہیڑہ' آملہ' سورنجان شیریں' گاؤزبان' اجوائن' خولنجان' ہر ایک تین تین تولہ' سب ادویہ کو کوٹ کر چالیس پڑیاں بنالیں اور ان پر اکیس مرتبہ یہ پڑھیں۔ آگے پیچھے گیارہ گیارہ مرتبہ درود ابراہیمی پڑھیں۔ کالی چڑی کلچڑی کالا پھل کھائے۔ برکت محمد ﷺ صاحب کی دردسر جائے۔ فجر کی نماز کے بعد ایک گلاس گرم پانی میں ڈال کر رکھ دیں۔ بوقت عصر چھان کر میٹھا ملا کر ہلکا سا گرم کر کے گرم گرم پی لیں۔

سفوف برائے دردسر بوجہ قبض

سورنجان شیریں' سناء مکی' اسطخدوس' ہڑ' بہیڑہ' آملہ' ملٹھی' سونف' اجوائن' تربد سفید' مصبر' ریوند عصارہ' سقمونیا' ہر ایک ایک تولہ' تمام ادویہ کو کوٹ کر چھان لیں اور یہ عزیمت 21 دفعہ پڑھیں۔ چن چن کنکر کھائے' رحمت اللہ کی دردسر جائے' پڑھ کر ادویہ پر دم کریں۔ ایک ماشہ دوا۔ گرم گرم قہوہ۔ چائے یا پانی سے لیں۔ کسی ایک کو آگے پیچھے سات مرتبہ درود ابراہیمی پڑھ کر گیارہ مرتبہ یہ عزیمت پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ تین دن میں قبض رفع ہو کر دردسر میں افاقہ ہوگا۔

دردسر بوجہ قبض و امراض معدہ

ہلیلہ کابلی' اسطخدوس' مصبر' گل سرخ' بنفشہ' سناء مکی' الا ئچی خورد' ہر ایک ایک تولہ' مغز بادام شیریں 5 تولہ' چینی 5 تولہ' تمام ادویہ کو کوٹ لیں۔ 6 ماشہ دوا صبح نہار منہ گرم دودھ سے لیں۔ دن میں تین بار۔ قبض کا خاتمہ ہوگا۔ چار دن میں دردسر بوجہ قبض پیٹ کی خرابی اور دائمی قبض کیلئے نہایت ہی مفید ہے۔

قہوہ برائے دردسر

گل سرخ 5 تولہ' الا ئچی خورد 1 تولہ' سبز چائے 5 تولہ' مغز بادام 5 تولہ' تمام کو کوٹ لیں اور ایک پاؤ دودھ میں قدرے قندسیاہ یعنی گڑ سے میٹھا کر کے ایک تولہ دوا ڈال کر ابالیں اور نیم گرم نوش فرمائیں نیز یہ عمل رات کو سوتے وقت کریں۔

دردسر کا خارجی علاج یعنی مہتابی بام

ھوالشافی: ست اجوائن' ست پودینہ' کافور ہر ایک ایک تولہ' روغن لونگ' روغن دارچینی دو، دو تولہ' روغن ناریل تین تولہ' تلوں کا تیل تین تولہ' ویزلین دس تولہ' موم سفید دو تولہ' ست پودینہ' ست اجوائن اور کافور کے علاوہ باقی تمام ادویہ کو ایک کڑچھے میں ڈال کر نرم آگ پر پکائیں آگ تیز نہ کریں ورنہ دوا آگ پکڑ لے گی۔ اتنا پکائیں کہ تمام ادویہ یکجان ہو جائیں تو اتار لیں۔ ست اجوائن' ست پودینہ اور کافور کو ایک شیشی میں ڈال کر مضبوط ڈھکن لگا دیں۔ یاد رہے کہ یہ تینوں ادویہ اڑنے والی ہیں۔ کچھ دیر بعد یہ مائع شکل اختیار کرلے گی۔ اس سیال کو باقی ادویہ میں ملالیں اور چھوٹی چھوٹی ڈبیوں میں بند کرلیں۔ دردسر کیلئے تھوڑی سی دوا' درد زدہ حصہ پر مالش کریں۔ انشاء اللہ دردسر چٹکی بجاتے غائب ہو جائے گا۔ بچوں کی پسلی چلنے اور نزلہ زکام کو آناً فاناً ختم کرتی ہے۔ لیکن ان سب تحریر شدہ ادویہ پر درج بالا عزیمتوں کا پڑھنا نہایت ضروری ہے ورنہ آدھے فوائد سے محروم ہو جائیں گے۔

معدے کے لاعلاج مریض کیلئے الہامی نسخہ

قارئین! وہ نبض دکھانے والی خاتون کہنے لگی کہ یہ نسخہ آپ بھی بنائیں اور ضرور استعمال کریں۔ کہنے لگی میں نے یہ نسخہ لاعلاج معدے اور لاعلاج گیس اور بلڈ پریشر کے مریضوں کو بھی استعمال کرایا میرا تین سال کا تجربہ ہے۔ میں نے وہ نسخہ لکھ لیا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

میں حسب معمول مریض دیکھنے میں مصروف تھا ایک عمر رسیدہ خاتون نے بازو آگے کیا کہ میری نبض دیکھیں۔ نبض دکھانے کے بعد کہنے لگی کہ تیس سال سے زائد کا عرصہ گزر گیا ہے اور میں معدے کی پرانی مریضہ ہوں بہت علاج معالجہ کیا لیکن افاقہ نہیں ہوا پھر ایک دن مجھے بہت بوڑھی خاتون نے بتایا کہ کوئی تعویذات اور عملیات کی پرانی کتاب میرے پاس ہے جب بھی کوئی مشکل ہوتی ہے تو اس میں استخارہ کا ایک عمل ہے میں وہ پڑھ کر سو جاتی ہوں اور مجھے کچھ اشارہ مل جاتا ہے۔ لہٰذا تم بھی ایسا کرو کہ یہ عمل پڑھ کر سو جاؤ تین راتیں حد سات راتوں میں ضرور تمہارا کام بن جائے گا اور تمہیں کچھ نہ کچھ نظر آجائے گا۔

خاتون کہنے لگی کہ میں نے پہلے تو اس کی بات پر عمل نہ کیا اور ادویات لیتی رہی جیسا کہ ابھی آپ سے گھٹنوں کے درد کی دوائی لینے آئی ہوں پھر جب اس مرض نے زیادہ تنگ کیا تو میں نے اس خاتون سے رابطہ کیا اور اس سے وہی روحانی عمل لیا اور روزانہ رات کو پڑھنا شروع کر دیا۔ میں نے ایک رات پڑھا لیکن مجھے کچھ محسوس نہ ہوا صبح اٹھ کر مایوس ہوگئی لیکن پھر دل میں خیال آیا کہ اس نے کہا تھا کہ تین راتیں حد سات راتیں یہ عمل ضرور کریں میں نے دوسری رات پھر پڑھنے کا ارادہ کیا۔ دوسری رات اور اسی طرح تیسری رات میں عمل پڑھتی رہی اور اس امید کے ساتھ کہ میری مشکل ضرور حل ہوگی۔ پانچویں رات میں نے ایک طویل خواب دیکھا اور بیدار ہوئی تو وہ تمام خواب اور پھر وہ تمام ادویات بالکل یاد تھیں میں مطمئن تھی۔ فوراً صبح ہوتے ہی میں اس عمر رسیدہ خاتون کے پاس گئی اور اس کا شکریہ ادا کیا کہنے لگی کہ دراصل مجھے سالہا سال ہوگئے ہیں میرے والد صاحب جن کو عرصہ دراز ہوگیا اس دنیا سے رخصت ہوئے ان کے پاس یہ کتاب ہوتی تھی وہ اس کو دیکھ دیکھ کر لوگوں کو تعویذ دیتے تھے میں نے مزید دیکھا کہ جب بھی انہیں کوئی مشکل پیش آتی تھی وہ یہی عمل پڑھ کر سو جاتے تھے چند دنوں میں وہ مشکل اللہ تعالیٰ حل فرما دیتے تھے میں نے پہلے تو توجہ نہ کی لیکن ان کی وفات کے بعد مجھے ایک مشکل نے گھیر لیا اور پریشانی ازحد ہوگئی یکا یک والد مرحوم کا وہ عمل یاد آیا میں نے فوراً پڑھنا شروع کر دیا چند راتوں کے بعد ہی مجھے اس کا حل مل گیا۔ وہ بوڑھی خاتون کہنے لگی اس لیے یہ عمل میں نے تمہارے معدے کیلئے دیا انشاءاللہ ضرور فائدہ ہوگا۔ قارئین! اب وہ خواب ہی مختصر سن لیں۔ وہ خاتون کہنے لگی کہ حسب معمول عمل پڑھ کر میں سو گئی میں نے محسوس کیا میں بہت بیمار ہوگئی تمام عزیز و اقارب میرے پاس ملاقات اور عیادت کیلئے آرہے ہیں۔ اس طرح کا روزانہ کا معمول ہے لیکن مرض بڑھتا جارہا ہے اور کسی کی سمجھ میں نہیں آتا اسی دوران ایک معالج کو لایا گیا اس نے آتے ہی کہا اجوائن دیسی' سنگ دانہ مرغ۔ ہینگ مصطگی رومی' بڑی الائچی' چھوٹی الائچی' گلاب کے پھول ہموزن لے کر کوٹ پیس کر پھر جتنا وزن ان تمام ادویات کا ہو اس کے برابر اسپغول کا چھلکا ملا کر محفوظ رکھیں اور آدھا چمچ سے ایک چمچہ چھوٹا دن میں دو سے تین بار استعمال کریں کھانے سے قبل یا بعد پانی کے ہمراہ چند ہفتے۔ پھر مجھے عالم خواب ہی میں یہ نسخہ استعمال کرایا گیا اور میں تندرست ہوگئی۔

قارئین! وہ نبض دکھانے والی خاتون کہنے لگی کہ یہ نسخہ آپ بھی بنائیں اور ضرور استعمال کریں۔ کہنے لگی میں نے یہ نسخہ لاعلاج معدے اور لاعلاج گیس اور بلڈ پریشر کے مریضوں کو بھی استعمال کرایا میرا تین سال کا تجربہ ہے۔ میں نے وہ نسخہ لکھ لیا اور پھر یہی نسخہ لوگوں کو لکھ لکھ کر دینا شروع کر دیا۔ کیونکہ آسان اجزاء ہیں صرف ہینگ اصلی کی تاکید ضروری ہے اور گلاب کے پھول دیسی ہوں بعض پھولوں کا رنگ تو گلاب کی طرح ہوتا ہے لیکن خوشبو گلاب کی طرح نہیں ہوتی۔ بہرحال خوشبو سے پتا چل جاتا ہے اس طرح مصطگی رومی بھی اصلی ہو اور وہ مل جاتی ہے۔

قارئین! یقین جانیے یہ نسخہ کیا تھا واقعی کوئی اکسیر ہاتھ لگ گیا جب بھی کسی پریشان شخص کو یہ نسخہ دیا وہ بالکل صحت یاب ہوگیا میرے پاس ایک سیاسی آدمی بالکل مایوس ہو کر آئے معلوم ہوا کہ موصوف کو ہارٹ' شوگر' ہائی بلڈ پریشر' آنتوں کا انفیکشن' جگر کا ورم نامعلوم کیا کیا بیماریاں تھی تحقیق پر علم ہوا یہ تمام کچھ بے قاعدہ غذا اور ہوٹل کے کھانے سے ہوا کیونکہ ان کھانوں میں معیار اور تندرستی (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

لات جیسے بھی ہوں' کام کرنا اچھی بات ہے۔ لوگ آپ کو کچھ بھی بتائیں لیکن آپ سب کیلئے بہتر سوچیں بلکہ ایسی خواتین سے فاصلہ اختیار کرلیں جو ذہن پریشان کرتی ہیں۔ ان سے قربت رہی تو یہ آپ کو سکون سے کام نہ کرنے دیں گی۔

سب میرے خلاف ہیں

سب میرے خلاف ہیں' کیا اپنے' کیا غیر۔ کسی سے ملنے کو دل نہیں چاہتا مگر ملے بغیر رہنا بھی مشکل ہے۔ مجھے یہ تو بتانا ہے کہ تم لوگ غلط ہو' تمہیں اپنی اصلاح کرنی چاہیے۔ خاص طور پر گھر والوں کو تو ہر معاملے میں مجھ سے اتفاق کرنا ہی چاہیے۔ ان کی سردمہری اور لاپرواہی میرے لیے بے حد پریشان کن ہوتی ہے اور میں ان لوگوں کی نفسیاتی کیفیات سمجھنا چاہتا ہوں۔ **(وسیم' ملیر)**

مشورہ: زبردستی کے جواب میں سردمہری اور لاپرواہی تو ہوگی۔ آپ کو اہل خانہ کی قدر کرنی چاہیے کہ وہ آپ کے ساتھ بدمزاجی سے پیش نہیں آرہے' بھلا یہ کیسے ممکن ہے کہ آپ سے ہر معاملے میں اتفاق کیا جائے یعنی آپ کبھی غلط ہو ہی نہیں سکتے۔ اپنی نفسیاتی کیفیت کو سمجھنے کی کوشش کریں کیونکہ مسئلہ آپ کے ساتھ معلوم ہو رہا ہے۔ یہ سمجھنا کہ میں کبھی غلط نہیں ہوسکتا' غلط ہے۔ سوچ' فکر اور شخصیت میں توازن ہوگا تو اپنی اور دوسروں کی اصلاح آسان ہوجائیگی اور ایک وقت میں سارے لوگ آپ کے خلاف نہ ہوں گے۔

شخصیت متاثر کن نہیں

میری شخصیت متاثر کن نہیں۔ اسی سال اکنامکس میں ایم اے کیا ہے۔ سب دوست ملازمت تلاش کرنے میں مصروف ہیں۔ میں ابھی صرف سوچ رہا ہوں کہ مجھ کون رکھے گا۔ بارعب بننے کیلئے کیا کرنا چاہیے۔ **(ارشد الیاس' خانیوال)**

مشورہ: اگر کسی کی دیکھنے میں بارعب شخصیت ہے تو ضروری نہیں کہ وہ ہر جگہ ملازمت کیلئے قابل قبول ہوگا۔ ظاہری شخصیت کا خیال رکھنا' اچھی بات ہے لیکن ایک حد تک۔ اہم تو تعلیم اور پیشہ ورانہ قابلیت ہے جو آپ نے حاصل کی۔ اپنی شخصیت کو مثبت سوچ کے ساتھ قبول کرتے ہوئے اپنی صلاحیتوں کو اعتماد کی نظر سے دیکھیں۔ بہت جلد محسوس ہوگا کہ دوسرے بھی آپ پر اعتماد کرنے لگے ہیں۔

حالات سے تنگ

میں اپنے حالات سے تنگ آکر ایک فیکٹری میں ملازمت کرنے لگی تو یہاں خواتین نے میرے حلیے کا جائزہ لیا۔ مالکان اور بااختیار لوگوں کے بارے میں بھی عجیب وغریب باتیں بیان کیں اور مجھے دکھ ہوا جب دوسروں سے میری برائی کی۔ میں چاہتی ہوں کہ جتنی جلد ہو فیکٹری کی ملازمت چھوڑ دی جائے مگر گھر میں امی اور بہنوں کی مجبوری نہیں دیکھی جاتی۔ **(شائستہ' کراچی)**

مشورہ: کوشش کریں گھر میں سلائی کڑائی کی طرز کا کوئی کام کرلیں۔ لوگ آپ کو کچھ بھی بتائیں لیکن آپ سب کیلئے بہتر سوچیں بلکہ ایسی خواتین سے فاصلہ اختیار کرلیں جو ذہن پریشان کرتی ہیں۔ ان سے قربت رہی تو یہ آپ کو سکون سے کام نہ کرنے دیں گی۔ فی الحال اپنی ذمے داریوں کو بہترین طریقے سے انجام دیتے ہوئے اس سے بہتر ملازمت کی کوشش جاری رکھیں۔

بے حسی پر رونا آتا ہے

گھر میں سب کہتے ہیں کہ تم ڈرامہ کرتی ہو کسی کو میری طبیعت کی خرابی کا احساس نہیں۔ مجھے ان کی بے حسی پر رونا آتا ہے۔ میرا گلا بھی سامنے کی طرف سے باہر نکلا ہوا ہے۔ کسی دوا سے فائدہ نہیں ہوتا۔ نیند بھی نہیں آتی' سر میں درد رہتا ہے۔ دل کی دھڑکن بھی بڑھی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ دن و رات بے چین رہتی ہوں' جوڑوں میں درد رہتا ہے۔ **(زریں' لاہور)**

مشورہ: بیان کی گئی کیفیت سے ظاہر ہو رہا ہے کہ آپ تھائرائیڈ کی مریضہ ہوسکتی ہیں۔ اس مرض کے نتیجے میں نیند' بھوک' مزاج متاثر ہونے کے ساتھ سر میں درد' پیٹ میں درد' جوڑوں میں درد کی شکایت سامنے آتی ہے۔ دل کی دھڑکن تیز ہوجانا' رونا آنا' بے چینی اور گھبراہٹ بھی اسی وجہ سے ہے۔ یہ تمام شکایت ایک حد تک آپ کنٹرول کرسکتی ہیں لیکن ان سے مکمل طور پر نجات کیلئے تھائرائیڈ کے علاج کے ماہر معالج سے رجوع کرنا چاہیے۔

ہم سب پریشان ہیں

میری منگنی بہت امیر لوگوں میں ہوئی ہے۔ سارا خاندان حیران ہے۔ میرے بڑے بھائی لندن میں ہیں۔ انہوں نے وہاں لڑکے سے ملاقات کی تو بہت پریشان ہوئے کیونکہ لڑکا شراب کا عادی ہے۔ تعلیم بھی کم ہے اور جاب بھی ٹھیک نہیں۔ اس کے گھر والے جو کہ پاکستان میں ہیں ان لوگوں کو دیکھتے ہوئے میری امی نے رضامندی ظاہر کی تھی۔ اب منگنی ختم کرتی ہیں تو بدنامی ہوگی بس یہ سوچ کر ہم سب پریشان ہیں۔ **(سلمیٰ' کراچی)**

مشورہ: ساری زندگی پریشان ہونے سے بہتر ہے کہ وقتی طور پر مشکلات کا مقابلہ کرلیا جائے۔ ویسے منگنی ختم ہونا اتنی بڑی بات نہیں لوگ تو تکلیف دہ حقائق معلوم ہونے پر اس سے مضبوط رشتہ ختم کردیتے ہیں اور نشے کے عادی شخص کے ساتھ رہنا تو کسی اذیت سے کم نہیں کیونکہ یہ لوگ ہر حال میں نشہ کرنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ اس لیے ان کی آمدنی کا بڑا حصہ صرف اپنے اخراجات پورے کرنے پر ہی خرچ ہوتا ہے۔

پریشانی دیکھ کر بیماری

میرے شوہر دبئی میں ہیں ان کے کئی دوستوں کو ملازمت سے فارغ کردیا گیا ہے مگر وہ ابھی کام کررہے ہیں دوسروں کی پریشانی دیکھ کر وہ بیمار ہوگئے اب کہتے ہیں کہ میں بھی واپس آرہا ہوں پھر یہ بھی کہتے ہیں کہ ملازمت چھوڑ دوں گا تو دوبارہ ملنی مشکل ہے اور کام کرتا ہوں تو بیماری کے سبب کمپنی مجھے بھی فارغ کردیگی ان کی باتیں سوچ کر میں گھبرا جاتی ہوں۔ **(مسز وسیم' ملتان)**

مشورہ: آپ کے شوہر کو چاہیے کہ فوری طور پر اپنے علاج پر توجہ دیں۔ طبیعت میں بہتری آئے گی تو ذمہ داریاں بھی اچھی طرح انجام دینے کے قابل ہوں گے۔ کام سے اطمینان حاصل ہوگا تو منفی خیالات بھی نہ آئیں گے۔ واپس آنا چاہتے ہیں تو ملازمت چھوڑ کر نہیں بلکہ چند ہفتوں کی چھٹی لے کر آنے کے بارے میں سوچا جاسکتا ہے۔

ستر ہزار فرشتوں سے حفاظت کروانے والی سورۃ

روایت میں یہ بات مذکور ہے کہ جو شخص صبح کو دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھ لے تو انشاء اللہ اس کے سب گھر والے حتیٰ کہ اس کے پڑوسی بھی حفاظت و امن سے رہیں گے اور شام تک ستر ہزار فرشتے اس کی حفاظت کرینگے۔ **(محمد طیب' ملتان)**

ازدواجی محبت کیلئے آزمودہ عمل

ان کا ایک عمل جو بہت ہی آسان تھا آج بھی مجھے اچھی طرح یاد ہے۔ وہ جب عمل کا طریقہ بتارہے تھے ہمارا ایک ساتھی بڑے غور سے سن رہا تھا۔ اس نے اسی دن عمل شروع کردیا۔ چند دن بعد کہنے لگا کہ سوفیصد کامیابی ہوئی اور میں شادی کرنے والا ہوں

غالباً 1992ء میں میری تبدیلی پشاور ہوگئی' گھر سے دور جاکر پریشان رہتا۔ دفتر میں میرے ساتھی بڑے ہمدرد قسم کے تھے ہر مسئلہ میں بڑا تعاون کرتے۔ میں برانچ کا انچارج تھا۔ میرے ہم رینک روحانی علوم کے ماہر سمجھے جاتے تھے۔ ان کو بہت شوق تھا۔ دوسرے ایک ساتھی کو حکمت کا بڑا شوق تھا۔ احقر کو ہر علم حاصل کرنے کا شوق سوار تھا جو اپنے لیے یا مخلوق خدا کی بہتری کیلئے ہو۔ سرکاری کام سے فراغت کے وقت ہم چائے پیتے اور گپ شپ لگاتے۔ میرے دوست کلام الٰہی کی برکات کی باتیں اور جڑی بوٹیوں کے فوائد کا ذکر کرتے رہتے۔ جو میری سمجھ میں آتا بغیر بخل کے بیان کردیتا۔ وہ بڑے متاثر ہوتے۔ ہمارے دوست نے روحانی اعمال بتائے اپنے مشاہدے پیش کیے۔ میں سنتا رہتا۔ بہت محنت طلب اور پابندیوں کا ذکر تھا اس لیے نہ میں نے لکھا اور نہ عمل کیا۔ ان کا ایک عمل جو بہت ہی آسان تھا آج بھی مجھے اچھی طرح یاد ہے۔ وہ جب عمل کا طریقہ بتارہے تھے ہمارا ایک ساتھی بڑے غور سے سن رہا تھا۔ اس نے اسی دن عمل شروع کردیا۔ چند دن بعد کہنے لگا کہ سوفیصد کامیابی ہوئی اور میں شادی کرنے والا ہوں۔ اس کے بعد کئی بھائیوں نے آزمایا اور خوشگوار گھریلو زندگی گزار رہے ہیں۔ وہ عمل یہ ہے:۔

عمل: ایک سفید کاغذ پر خوشخط اَللّٰہُ الصَّمَدُ لکھ کر کمرے کی دیوار پر لٹکا دیں جہاں آپ کی نظر پڑتی رہے۔ دن میں جب بھی فارغ ہوں اس اسم پر نظر جمالیں اور اپنے مقصد کا تصور رکھیں۔ روزانہ ایک بار یا دو بار دس پندرہ منٹ مشق کریں۔ دس دن کے اندر اندر مراد پوری ہوگی۔ کئی دوستوں نے آزمایا مجرب پایا۔ ویران گھر آباد ہوگئے' احقر نہ آزما سکا' نہ ضرورت تھی نہ مناسب سمجھا۔ اللہ کی کلام اور اسم الٰہی سے ناجائز کام کرنے والوں کا انجام دنیا اور آخرت میں ذلت اور رسوائی ہوتی ہے جس کا کئی دفعہ تجربہ ہوا۔ میں نے اپنے محسن حکیم صاحب کے فرمان کے مطابق سینہ کا راز لکھ دیا ہے جائز کام اور میاں بیوی کی محبت کیلئے عمل کریں۔ ناجائز سے پرہیز ضروری ہے ورنہ نقصان ہوگا۔

نوٹ: ناجائز محبت کیلئے اس عمل کی تاثیر باندھ دی ہے۔ جائز کیلئے اجازت بندہ کی طرف سے بھی ہے۔ ناجائز کرکے دیکھیں فائدہ نہ ہوگا۔ (ایڈیٹر)

ہر قسم کا درد ختم

(نصیر احمد' ایبٹ آباد)

میرے ایک دوست جو جدہ میں ملازمت کرتے تھے' چھٹی پر گھر آئے' میرے پاس ملاقات کیلئے آئے اور کہنے لگے کہ گنج محلّہ میں ایک مستری کا پتا کرنا ہے۔ میری کمر میں درد رہتا ہے اور سنا ہے کہ اس کے دم سے پرانے سے پرانا درد ختم ہوجاتا ہے۔ میں ان کے ساتھ چل پڑا' مستری صاحب کا گھر تلاش کیا۔ گھر پر ہی مل گئے۔ شکر کا کلمہ پڑھا۔ ان کی خدمت میں درد کا واقعہ پیش کیا۔ انہوں نے درد والی جگہ پر انگشت شہادت سے کچھ کلمات لکھے اور پوچھا کہ درد باقی ہے یا نہیں۔ درد باقی تھا۔ انہوں نے پھر لکھا اور پوچھا۔ تین دفعہ لکھنے کے بعد پوچھا تو اس آدمی نے جواب دیا کہ کچھ آرام ہے۔ مستری صاحب نے کہا کہ کل پھر آئیں تو اس آدمی نے جواب دیا کہ میں اتنی دور سے نہیں آسکتا۔ جس پر انہوں نے فرمایا کہ ظہر کی نماز کے بعد تشریف لائیں۔ ہم نے کھانا وغیرہ کھایا۔ نماز پڑھی اور ان کے گھر کی طرف روانہ ہوگئے۔ وہاں تین چار اور بھی مریض تھے۔ ان کو انہوں نے ہمارے سامنے حیلہ کرکے فارغ کیا۔ سب نے کہا کہ آرام ہوگیا ہے۔ بعد میں ہمارا نمبر آیا تو انہوں نے پھر اپنا عمل کیا اور درد غائب ہوگیا۔

میں بھی حیران ہوگیا۔ مستری صاحب کے گھر جاتا رہا مگر وہ نہ مل سکے۔ وہ کچھ فاصلہ پر دکانیں وغیرہ تعمیر کررہے تھے۔ جمعہ کو چھٹی کرتے تھے۔ میں جمعہ کو ان کے گھر صبح ہی پیش ہوگیا اور عرض کی کہ مجھے بھی یہ طریقہ سکھادیں۔ بڑا مشکور ہوں گا وہ بڑے خوش ہوئے اور چائے وغیرہ پلا کر مجھے وہ کلمات لکھ کر دیئے جو وہ درد والی جگہ پر لکھتے ہیں وہ یہ ہیں:۔

لَاحَیَّ یُوْحَیَّ لَیْھَیَ۔ شہادت کی انگلی سے لکھیں۔ اگر درد باقی ہے تو پھر دوبارہ لکھیں اسی طرح تین بار لکھیں۔ انشاء اللہ آرام ہوگا۔ اگر خدانخواستہ درد باقی رہے تو اگلے دن پھر لکھیں۔

مرکزِ روحانیت وامن میں اسم اعظم کی روحانی محفل اور دعا

ہر جمعرات مغرب سے عشاء حضرت حکیم صاحب کا درس' مسنون اذکار' مراقبہ' بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے۔ بے شمار لوگوں کی مشکلات' گھریلو الجھنیں اور مسائل محفل میں شرکت کی برکت سے حل ہورہے ہیں۔ دوسرے شہروں والے احباب شمولیت کیلئے اور دعا کیلئے خط لکھ سکتے ہیں جگہ کی کمی کے باعث سب کے نام آنا ضروری نہیں۔ لیکن دعا سب کیلئے ہوتی ہے۔

مسز عظیم' ثوبیہ بیگم' انیلہ' احسان' رافیعہ' محمد رزاق' یاسر اقبال' ڈاکٹر تصور' محمد امیر' ثمینہ طارق' مس طاہر' محمد طارق صدیقی' چودھری ظفر اقبال' فخر' اختر عباس' سیف اللہ خان' محمد عمیر' رشیدہ بی بی' لاہور۔ تنزیل الرحمٰن' محمد اشتیاق' محمد عدنان' شیر رضوان' محمد فرید' خالد محمود' صادق' کاشف' محمد ادریس' امین حمید' شہزادا کرم' عبدالجبار' محمد علی' ولی محمد' خالد بشیر' مس نگہت ریحانہ' ڈاکٹر غلام رسول' مس ممتاز' عتیق الرحمٰن' اشفاق احمد صدیقی' گلزار' دل شاد' نسرین اختر' ہارون رشید' مس راشد' ثوبیہ' یونس حسین' محمد طاہر' عبدالحمید' شہزادی وحید' سعدیہ عمران' عبیدہ' مجید احمد' محمد اقبال' محمد امجد' محمد ندیم' محمد عثمان' مس انعام' خالد محمود' ماجد نعیم' نسیم عزیز' وحید راشدی' غلام علی' سعدیہ منیر' رابعہ نوید' قاسم علی' ماریہ محمود' سید علی خان' سید فخر عباس' ملتان۔ سید حامد علی شاہ' شاہد محمود' عائشہ انصاری' مرزا الطاف حسین' شاہد سید کفیل احمد' اکمل فاروق' نعیم الرحیم' مطلوب حیدر' عقیل' نعمان' اظہر توفیق' عرفان اسلم' محمد ارشاد' ثوبیہ ریاض سید پرویز ریاض' عامر محمود' ولید راشدی' نعمان شاہ' سلیم ہمراہ اہلیہ' شہزادہ عالم' محمد جمیل' فہد حسین' محسن کمال' امان اللہ خان' انعام زبیر' نجمہ محسن' محمد فیاض' محمد اکبر خان' مس ضیاء' امیر شہزاد' محمد الیاس' نور فاطمہ' مس ابراہیم' یٰسین۔ رخسانہ نور' شازیہ ناز' شہزاد اختر' کاشف مجید۔ سید محمد سلیم پاشا۔ ذکیہ اقتدار' بہاولنگر۔ حامد ایوب' محمد حسین' اسلام آباد۔ محمد اکمل' سرگودھا۔ اویس احمد' لاہور۔ شہلا شہزادی' محمد ساجد' رخسانہ شاہد' مولوی محمد عبدالحیٔ' زریں ناصر' اختر' عثمان' شاہین بیگم' صبا اشرف' قاری محمد زاہد عثمان' صائمہ بنت نور جہاں' وقار احمد' داؤد ابوذر' زبیدہ' حافظ محمد رضوان' عامر ستار' مسز عاصم' فرحت اختر' کراچی۔ عبداللہ' قاری محمد ارشد' سید ضیاء الحق' کراچی۔ طاہرہ' محمد عاصم نقوی' صباء' عظمیٰ رشید' گجرات۔ سید نور عالم شاہ' محمد انور' قدسیہ صادق' عمارہ' محمد امین' محمودہ بیگم' واہ کینٹ۔ طارق احسان' رضیہ بیگم' عطاء اللہ' محمد عبداللہ' جھنگ۔

مانو‘ محنت اور انعام

محمد یحییٰ‘ لاہور

اگلے دن بچہ اسے اپنے گھر کے اندر لے گیا۔ اس کے والدین بھی مانو بلی کو مہربان اور اچھے معلوم ہوئے۔ چنانچہ جلد ہی وہ اس گھر میں گھر کے ایک فرد کی طرح رہنے لگی۔ مہربان بچہ اسے لے کر باہر جاتا اس کیلئے اس کی پسندیدہ غذائیں لاتا۔ اسے صاف ستھرا رکھتا۔

ایک تھی مانو بلی‘ جو کسی کی چہیتی یا لاڈلی نہ تھی۔ اس نے شہر کے ایک کباڑخانے میں آنکھ کھولی اور پھر اپنی ماں اور دوسرے بہن بھائیوں کے ساتھ مختلف جگہوں کی تبدیلی کے بعد ایک قصاب کی دکان کے پاس گندے نالے پر رہنے لگی۔

وہ ذرا بڑی ہوئی تو ایک دن اس کی بہن رانو بلی کو ایک بہت پیاری سی بچی ایک بڑی سی گاڑی میں بٹھا کر لے گئی اور اس کا بھائی شانی بلا ایک خوں خوار کتے کے ہاتھوں دنیا سے رخصت ہوگیا۔

وہ ذرا بڑی ہوئی تو اس کی ماں اسے چھوڑ کر چلی گئی۔

مانو بلی کئی بار اپنی ماں کے پاس گئی کہ شاید اسے پہچان لے لیکن وہ اسے ہمیشہ اجنبی بن کر ملتی اور مار پیٹ کر بھگا دیتی۔

مانو بلی نے بھی آہستہ آہستہ اپنی ماں کو بھلا دیا اور یوں ہی گلیوں میں آوارہ پھرنے لگی۔

ایک دن اچانک اس نے اپنی بہن رانو بلی کو دیکھا جو ایک بہت بڑے سے لان میں گھاس پر بیٹھی دودھ پی رہی تھی۔ مانو بلی فوراً آگے بڑھی اور اسے پکارا لیکن اس نے بھی بہن کو پہچاننے سے انکار کردیا اور اسے اپنے گھر سے نکال دیا۔

مانو بلی کا دل ٹوٹ گیا۔ وہ باہر نکلی تو ایک نہایت گندے بچے نے نشانہ لے کر ایک پتھر اسے دے مارا۔ پتھر اس کی ٹانگ پر لگا اور وہ لنگڑا کر گر پڑی۔ بچے کے ساتھی اس کے اس سنہری کارنامے پر قہقہے لگانے لگے۔ مانو بلی بڑی مشکل سے اٹھی اور اپنی زخمی ٹانگ کے ساتھ بھاگ کھڑی ہوئی کہ کہیں باقی بچے بھی پتھر لے کر اس پر اپنا نشانہ نہ آزمانے لگیں۔

اسے انسانوں پر غصہ آنے لگا کہ وہ کس دیدہ دلیری سے ہم جیسے معصوم جانوروں پر ظلم کرتے ہیں اور انہیں کوئی کچھ نہیں کہتا۔

وہ اپنی زخمی ٹانگ کے ساتھ ایک گھر میں داخل ہوئی تو وہاں ایک مہربان بچے سے اس کا واسطہ پڑا۔

بچے کو اس کی حالت پر بہت ترس آیا۔ کچھ دیر بعد وہ اس کیلئے ایک پیالے میں دودھ لے آیا۔

مانو بلی پہلے تو جھجکی اسے بھوک بھی زوروں کی لگی ہوئی تھی۔

اس نے بچے کی طرف دیکھا جو دور جا کھڑا ہوا تھا۔ مانو بلی نے تھوڑا سا دودھ پیا تو اس کی بھوک اور زیادہ جاگ اٹھی۔ اس نے جلد ہی سارا دودھ پی لیا اور لیٹ گئی۔

بچہ اسے پچکارتا ہوا آگے بڑھا اور بڑے مہربان ہاتھوں سے اس کی زخمی ٹانگ ٹٹولی۔

پھر وہ اندر چلا گیا تو مانو بلی نے بھاگنے کا سوچا مگر اپنے اس نئے مہربان دوست کو چھوڑنے کو اس کا جی نہ چاہا۔

آخر بچہ آیا تو اس کے ہاتھ میں مرہم پٹی تھی۔ مرہم پٹی ہونے کے بعد مانو بلی کو کچھ سکون ہوا تو وہ سوگئی۔

اگلے دن بچہ اسے اپنے گھر کے اندر لے گیا۔ اس کے والدین بھی مانو بلی کو مہربان اور اچھے معلوم ہوئے۔ چنانچہ جلد ہی وہ اس گھر میں گھر کے ایک فرد کی طرح رہنے لگی۔

مہربان بچہ اسے لے کر باہر جاتا اس کیلئے اس کی پسندیدہ غذائیں لاتا۔ اسے صاف ستھرا رکھتا۔

مانو بلی کا دل وہاں لگ گیا۔ ان سب کی مہربانیوں کی صلہ اس نے یہ دیا کہ اس گھر میں سے تمام چوہوں کو گھر چھوڑنے پر مجبور کردیا۔

لال بیگ اور دوسرے کیڑے مکوڑے بھی اس نے ختم کرڈالے جب وہ آئی تھی چوہوں کی جان پر بنی ہوئی تھی۔ ان کا کوئی حربہ کامیاب نہ ہوتا۔ مانو بلی جھٹ انہیں پکڑ لیتی اور کھا جاتی۔

اچھا کھانا‘ آرام اور سب کی توجہ ملنے لگی تو مانو بلی آہستہ آہستہ کام چور ہونے لگی۔ کھا پی کر وہ سارا دن اور رات سوتی رہتی۔ اکثر چوری چھپے دودھ بھی پی لیتی۔ کبھی دوسری چیزیں بھی چپکے سے ہڑپ کرجاتی۔ زیادہ کھانے کی وجہ سے مانو بہت موٹی ہوگئی چلنا پھرنا اس کیلئے دوبھر ہوگیا۔

ایک روز چوہوں نے باورچی خانے پر ہلا بولا تو مانو بلی ان کے پیچھے دوڑی مگر جلد ہی تھک گئی۔

چوہے بھی مانو بلی کی کمزوری جان گئے تھے۔ وہ ہر روز ادھر ادھر پھرتے اور مانو بلی انہیں پکڑ نہ پاتی‘ کیونکہ وہ بہت موٹی ہوگئی تھی۔ دوڑنے سے اس کا سانس پھول جاتا اور تھک جاتی۔

ایک دن اس نے گھر والوں کو کہتے سنا کہ مانو بلی کو واپس چھوڑ دینا چاہیے کیونکہ یہ کسی کام کی نہیں رہی۔ اتنا سن کر اس کے ہوش اڑ گئے اسے اپنی آوارہ گردی اور غریبی کے دن یاد آ گئے۔ اسے انسانوں کی خودغرضی پر غصہ آیا‘ لیکن قصور اس کا اپنا بھی تھا۔

چنانچہ اگلے دن سے اس نے زیادہ کھانا پینا چھوڑ دیا اور باقاعدگی سے روزانہ دوڑنا بھاگنا‘ ورزش کرنا شروع کردی۔ سستی کاہلی چھوڑ کر کام کو اپنا لیا اور پھر جلد ہی وہ دوبارہ چوہوں کیلئے خطرے کا نشان اور گھر والوں کی آنکھ کا تارا بن گئی۔

شربت جگر ٹھار

آلو بخارا سوکھا ڈیڑھ پاؤ‘ تازہ ہو تو 2 کلو جومل جائے استعمال کریں‘ صندل سفید نمبر ایک 50 گرام‘ انجبار 100 گرام‘ چھوٹی الائچی 20 گرام‘ تخم کاسنی 50 گرام‘ دھنیا خشک 50 گرام‘ چینی 4 کلو۔ اگر آلو بخارا تازہ ہو تو 6 کلو پانی ڈال کر ابال لیں جب گل جائے اتار کر چھان لیں۔ باقی ادویہ کو کوٹ کر پانی میں بھگو دیں صبح چھان کر آلو بخارے والے پانی میں ڈال کر چینی بھی ڈال دیں۔ پھر آگ پر پکائیں۔ شربت تیار ہے۔

رمضان شریف میں سحری کے وقت ایک گلاس استعمال کریں۔ پیاس نہیں لگتی اور افطاری کے وقت استعمال کریں کمزوری دور ہوجائے گی۔ مایہ ناز شربت ہے۔ ایک ہفتہ استعمال کرنے کے بعد چہرہ سرخ ہوجاتا ہے۔

نسخہ سوزاک

رال سفید 20 گرام‘ پھٹکڑی سفید 20 گرام‘ سنگ جڑا 16 گرام‘ صفر دور 6 ماشہ‘ پھٹکڑی کو لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر جب پانی ہوجائے تو اس میں سنگ جڑ تھوڑی تھوڑی ڈالتے جائیے جب پھٹکڑی پھول جائے نیچے اتار کر اس میں باقی ادویہ ڈال کر سفوف بنالیں۔ 2 ماشہ لسی سے استعمال کریں۔ چاہے جتنی پرانی سوزاک ہو جس مریض کو دیا ہے اللہ نے شفاء دی ہے۔ ایک مریض کو 30 سال پرانا سوزاک تھا‘ خون آتا تھا‘ 3 خوراک سے ہی آرام آگیا۔

مردانہ طاقت کیلئے

چلاس کے ایک حکیم بابا کا نسخہ ہے۔ بالنگو آدھی چمچی ایک پاؤ دودھ میں ڈال دیں اور ایک گھنٹے بعد استعمال کریں۔ 40 مریضوں کو استعمال کرایا سب ٹھیک ہوگئے۔

(عبدالرحمن قریشی‘ رحیم یار خان)

پڑوسیوں کے جنات سے مذاکرات

محمد جنید، اسلام آباد

یہ بات تو یقین سے کوئی نہ کہہ سکا کہ محمد حیات کون تھا۔ جو اس سے بہت قریب تھے یعنی محمد حیات کو دیکھتے رہتے تھے ان کا خیال ہی نہیں یقین تھا کہ وہ خود ایک جن تھا۔ انسان کی شکل میں جن ہونے کے ثبوت میں یہ شہادت دیتے تھے کہ آج تک کسی نے بھی محمد حیات کو کھاتے پیتے نہیں دیکھا

دوران ملازمت اپنے فرائض منصبی کی ادائیگی کے سلسلے میں مجھے شہر شہر گھومنا پڑتا تھا۔ پاکپتن جب بھی جانا پڑتا کینال ریسٹ ہاؤس میں قیام ہوتا بالعموم شام کو میں فارغ رہتا اور مغرب وعشاء کی نمازیں اپنے ڈرائیور شمشاد شاہ کے ساتھ بابا فرید الدین شکر گنج رحمۃ اللہ علیہ کی مسجد میں پڑھتا۔ یہ سن 74ء کی بات ہے کہ احاطہ مسجد بازار کے قریب ایک مہذب شخص کو ضرور دیکھتا۔ السلام علیکم سے بڑھ کر آہستہ آہستہ قربت کے مراحل طے ہوتے چلے گئے۔ آپ سعید الدین صدیقی تھے جن کی عمر پچاس پچپن کے لگ بھگ تھی۔ ان کا تعلق حیدر آباد دکن سے تھا۔

ایک مرتبہ جنات کا ذکر چل نکلا تو سعید الدین صدیقی صاحب نے ایک واقعہ سنایا جو انہوں نے اپنے والد سے سنا تھا مجھے سنایا جو واقعی حیرت انگیز تھا۔ ایک شخص ان کے محلّہ اندرکوٹ حیدر آباد دکن میں رہا کرتا تھا۔ اس کی مالی حالت تو کبھی بہتر نہ تھی مگر اس کے ساتھ اس کو ایک مسئلہ اور تھا کہ اس کے گھر میں جنات رہتے تھے۔ ایک دن وہ پڑوسی والد صاحب کے پاس آگیا اور بہت دیر تک روتا رہا اور جنات کے حوالے سے بتایا۔ والد صاحب کی تسلی وتشفی کے بعد بھی اس شخص کے دکھ کا مداوا نہ ہوا تو والد صاحب اس شخص کو محمد حیات کے پاس لے گئے۔ محلے میں کسی کو بھی اس قسم کا مسئلہ ہوتا وہ محمد حیات کے پاس جاتے وہ حل ہو جاتا۔ شام کو جب والد صاحب گھر آئے تو والدہ کے ساتھ میں بھی بیٹھا ہوا تھا۔ انہوں نے بتایا کہ پڑوسی نے سال سوا سال پہلے یہ مکان کرائے پر لیا تھا چونکہ یہ مکان درحقیقت مدتوں سے خالی پڑا ہوا تھا۔ مالک مکان نے کرایہ پر دینے سے پہلے ہی کرایہ دار کو بتا دیا تھا کہ مکان میں جن رہتے ہیں مگر بہت معمولی کرایہ اور جسمانی طور پر صحت مند ہونے کی وجہ سے وہ مکان اس شخص نے لے لیا۔ دونوں میاں بیوی رہنے لگے۔ یہ شخص کسی ہندو بنیے کی دکان پر ملازم تھا جہاں سے شام گئے فارغ ہو کر گھر لوٹتا اور کبھی دیر سویر بھی ہو جاتی۔

پہلی مرتبہ سوتے وقت انہیں محسوس ہوا کہ مکان کے صحن میں باقاعدہ چہل پہل ہو رہی ہے۔ سخت سردی میں انہوں نے کوٹھڑی کا دروازہ کھول کر دیکھا تو صحن میں بچوں کے شور مچانے کی آوازیں آرہی تھیں مگر دکھائی کچھ نہ دیا۔ اس وقت تو وہ دونوں دروازہ بند کر کے لیٹ گئے مگر صبح اٹھتے ہی مالک مکان کو سب بیان کر دیا جس کا اس نے کوئی حوصلہ افزا جواب نہ دیا۔ ایک دن اس کی بیوی نے شوہر کو بتایا کہ تمہارے چلے جانے کے بعد کمروں اور غسل خانے کے دروازے خودبخود کھلنے اور بند ہونے لگے جیسے شدید آندھی چل رہی ہو جبکہ ایسا نہ تھا۔ اس قسم کے واقعات روز ہی ہونے لگے۔ کبھی روٹیاں غائب ہو جاتیں، کبھی ہانڈی کے اندر سے بوٹیاں اور خالی شوربہ رہ جاتا، ایک دن اسے ایسا لگا کہ کوئی باورچی خانے کے برتن پھینک رہا ہو جب وہ ڈرتے ڈرتے باورچی خانے میں گئی تو سب برتن زمین پر گرے پڑے تھے یہ ڈر کے مارے اندر کوٹھری میں جا چھپی اور آیت الکرسی پڑھنے لگی۔ یکایک اس کا ٹین کا صندوق زمین پر خودبخود اٹھا اور چھت سے جا لگا۔ پھر دھڑ سے فرش پر گر پڑا اور سب کپڑے بکھر گئے۔ یہ دیکھ کر وہ بے ہوش ہوگئی۔ یہ سارے حالات پڑوسی نے محمد حیات کو سنائے۔ محمد حیات نے اپنا ملازم پڑوسی کے گھر بھیجا اور کوٹھڑی میں جا کر پڑچھتی پر چڑھ کر بیٹھ گیا۔ آہستہ آہستہ باتیں کرنے کی آوازیں دیر تک آتی رہیں۔ گھنٹہ بھر کے بعد ملازم خاموشی سے اتر کر گھر سے چلا گیا۔ اگلی صبح والد صاحب نے پڑوسی سے جب معاملہ دریافت کیا تو اس نے بتایا بہت عرصہ کے بعد اس رات وہ دونوں بہت آرام سے سوئے۔ اس کے بعد کبھی کوئی شکایت نہ ملی، نہ کسی قسم کا نقصان ہوا۔

یہ بات تو یقین سے کوئی نہ کہہ سکا کہ محمد حیات کون تھا۔ جو اس سے بہت قریب تھے یعنی محمد حیات کو دیکھتے رہتے تھے ان کا خیال ہی نہیں یقین تھا کہ وہ خود ایک جن تھا۔ انسان کی شکل میں جن ہونے کے ثبوت میں یہ شہادت دیتے تھے کہ آج تک کسی نے بھی محمد حیات کو کھاتے پیتے نہیں دیکھا نہ اس کے ہاں کوئی چیز پکتی دیکھی تھی۔ کچھ لوگوں کا خیال تھا کہ وہ خود جن نہیں بلکہ اس کے قابو میں بہت سے مؤکل جن تھے جو اس کے پاس رہتے تھے۔ یہاں تک لوگ اس بات کے گواہ تھے کہ محمد حیات کا کوئی رشتہ دار حیدر آباد کیا تمام ہندوستان میں نہیں ہے۔ ایک بات اور کچھ لوگوں نے بتائی کہ محمد حیات حج کے ایام میں کم ہی نظر آتا تھا۔ متعدد شہادتیں ایسی تھیں جن کے رد کرنے کا کوئی جواز نہ تھا کہ لوگوں نے اسے احرام باندھے عرفات کے میدان اور جبل رحمت پر دیکھا تھا۔

تکبر سے بچیں

ایک بندہ خدا، واہ کینٹ

جس نے اپنے نفس پر بھروسہ کیا عمر بھر کا تقویٰ اور دین ذرا سی دیر میں غارت ہوگیا

تکبر کے ایک جملہ نے خوبصورت کو بدصورت بنا دیا

تکبر انسان کی بہت بڑی بیماری ہے جس سے اعمال ضائع ہو جاتے ہیں اور حدیث شریف کے مطابق جس کے دل میں ذرہ بھر بھی تکبر ہوگا وہ جنت میں نہیں جائیگا۔ شاید یہ واقعہ پڑھ کر کچھ لوگ تکبر سے باز آجائیں اور عاجزی اختیار کر لیں۔

نوفل بن عاقل کہتے ہیں کہ نجران کی مسجد میں میں نے ایک نوجوان کو دیکھا بڑا لمبا چوڑا اور بھرپور جوانی کے نشہ میں چور، گٹھے ہوئے بدن والا، ناک ترچھا، اچھے رنگ و روغن والا خوبصورت شال۔ میں نگاہیں جما کر اس کے جمال وکمال کو دیکھنے لگا تو اس نے کہا کیا دیکھ رہے ہو؟ میں نے کہا آپ کے حسن و جمال کا مشاہدہ کر رہا ہوں اور تعجب ہو رہا ہے۔ اس نے جواب دیا تو ہی کیا! خود اللہ تعالیٰ کو بھی تعجب ہو رہا ہے۔ (نعوذ باللہ)

نوفل کہتے ہیں کہ اس کلمہ کے کہتے ہی وہ گھٹنے لگا اور اس کا رنگ وروپ اڑنے لگا اور قد پست ہونے لگا۔ یہاں تک کہ بقدر ایک بالشت کے رہ گیا، جسے اس کا کوئی رشتہ دار آستین میں ڈال کر لے گیا۔ (تفسیر ابن کثیر جلد 4 صفحہ 123)

میرا دل صاف، میری نظر پاک ہے، یہ شیطان کا دھوکہ ہے

بدنگاہی کے خطرات اس قدر ہیں کہ بسااوقات ان سے دین و دنیا دونوں تباہ وبرباد ہو جاتے ہیں، اس لیے ہمیشہ بدنگاہی سے بچیں، جس وقت عورتوں کا گزر ہو اہتمام سے نگاہ نیچی رکھیں، خواہ دیکھنے کا نفس کا تقاضا کتنا ہی کیوں نہ ہو۔ بعض لوگ دل صاف، نظر پاک کا بہانہ بنا دیتے ہیں یہ شیطان کا بہت بڑا دھوکہ ہے۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ کے دل اور ان کی نظر کے بارے میں کیا خیال ہے جنہیں حضور ﷺ نے حکم دیا تھا کہ اے علی! (رضی اللہ تعالیٰ عنہ) پہلی اچانک نظر معاف ہے مگر خبردار دوسری نظر نہ ڈالنا۔ کیا ہم لوگوں کا دل اور نظر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے زیادہ پاک ہے؟ اگر بجلی کا تار ننگا ہو اور بجلی نہ آرہی ہو تو پھر بھی ہم اسے نہیں چھوتے کہ نامعلوم کب بجلی آجائے اور ہمیں نقصان پہنچائے بس یہی حال نظر کا ہے ابھی پاک ہے مگر نامحرم سے ذرا تنہائی ہو تو ناپاک ہونے میں دیر نہیں لگتی جس نے اپنے نفس پر بھروسہ کیا عمر بھر کا تقویٰ اور دین ذرا سی دیر میں غارت ہوگیا۔

کتیا کی چیخ نے عرش ہلا دیا

بس اس دن سے میرے کاروبار پر زوال شروع ہوگیا اور دن بدن کام کم ہوتا گیا اور ایک دن مجھے دفتر چھوڑنا پڑا اور میں بے روزگار ہوگیا پھر میرے دل میں ایک دن آیا کہ آج مجھے کاروبار کرتے ہوئے سات سال ہوگئے آج تک ایسا نہیں ہوا کہ میں اپنے خرچے سے بھی تنگ ہوں

(عدیل بابر، ملتان)

2007ء کا ایک میری زندگی کا ایک بہت غلط فیصلہ جس نے میرا کاروبار تباہ کردیا۔ میرا لاہور مال روڈ پر دفتر تھا جو 2004ء کو بہت شوق اور بہت محنت سے بنایا تھا۔ میرے پاس چھ ملازمین کام کرتے تھے میرا کاروبار بہت عروج پر تھا میرے آفس میں بینک والے آتے تھے کہ آپ کی بینک سٹیٹمنٹ بہت اچھی ہے روزانہ ہزاروں روپے کا لین دین ہوتا ہے آپ بینک سے کار لیز کروالیں آپ کو پتا بھی نہیں چلے گا اور آپ گاڑی کے مالک بن جائیں گے میں نے گھر والوں سے مشورہ کیا سب نے کہا کہ رہنے دو۔ میرا دوست میرا کلاس فیلو بھی تھا اور رشتہ دار بھی تھا اس کی نئی نئی نوکری لگی تھی بینک میں وہ روزانہ شام کو فارغ ہوکر میرے پاس آجاتا تھا۔ وہ بینک کی مختلف سکیمیں بتاتا رہتا تھا پھر گاڑی کے بارے میں بھی کہ آپ بینک سے لے لو بس اس کاغذ پر سائن کرو اور پیسے جمع کرواؤ اور چند ماہ میں گاڑی آپ کی۔ میں نے ایک دن سائن کردیا اور وہ چند روز بعد آیا اور کہا کہ پیسے جمع کروادو گاڑی مل جائے گی۔

میں نے انکار کردیا کیونکہ دل نہیں مانتا تھا کہ سود تو لعنت ہے۔ میرا ایک اور دوست ساتھ بیٹھا تھا وہ کہنے لگا کہ میں فیملی والا ہوں اور آج کل میرا گاڑی کے بغیر گزارا نہیں تو مجھے دے دو میں بینک سے چھ ماہ کے اندر اندر سارے پیسے دے کر گاڑی لے لوں گا اور تو بھی سود سے بچ جائے گا میں نے اپنی جان بچانے کیلئے اسے گاڑی لے دی۔ بس اس دن سے میرے کاروبار پر زوال شروع ہوگیا اور دن بدن کام کم ہوتا گیا اور ایک دن مجھے دفتر چھوڑنا پڑا اور میں بے روزگار ہوگیا پھر میرے دل میں ایک دن آیا کہ آج مجھے کاروبار کرتے ہوئے سات سال ہوگئے آج تک ایسا نہیں ہوا کہ میں اپنے خرچے سے بھی تنگ ہوں پھر میرے دل میں خیال آیا جو میں بھول چکا تھا کہ وہ لعنت سودی گاڑی ہے جس نے میرا کاروبار تباہ کیا میں نے اپنے دوست کی منت کی کہ تو بینک کو سارے پیسے ادا کر اور مجھے اور خود کو اس گناہ سے چھٹکارا دلوا اور پھر اللہ سے توبہ کی اور دعا کرتا رہا اور ایک دن بینک کو سارے پیسے دے کر سود سے نکل گئے اور پھر چند ماہ میں میرا وہی کاروبار پھر سے آباد ہوگیا۔ اللہ نے مجھ گندے انسان کو پھر سے نواز دیا۔ ورنہ میں تو بہت بڑا ظلم اپنے اور اپنے دوست کے ساتھ کرچکا تھا۔ اللہ نے اس سے نکال کر پھر سے صاف ستھرا کاروبار عطا فرمادیا۔

کتیا کی چیخ نے عرش ہلا دیا

(پرنسپل غلام قادر ہراج، جھنگ)

آج سے 111 سال پہلے کا سچا واقعہ پیش خدمت ہے۔ ضلع سرگودھا میں دریائے جہلم کے کنارے کوندل قوم آباد تھی۔ چراگاہیں عام تھیں، گائے بھینس کا دودھ اور بھیڑ بکری کا گوشت عام تھا۔ کاشت کاری برائے نام تھی، گلہ بانی عام تھی۔

کوندلوں کی آبادی کا ایک نوجوان بانکا سجیلا تھا۔ صحت جوانی فارغ البالی، قبیلے کا گھمنڈ اور خوف خدا سے بے نیازی، اپنے انداز و اطوار میں شتر بے مہار تھا۔ لاٹھی ہاتھ میں لے کر، شاہانہ لباس پہن کر علاقہ آہلی کی گلیوں میں عاد و ثمود کی ذہنیت کا مظاہرہ کرتا اور اکڑتا ہوا نظر آتا۔

ایک روز موسم بہت خوبصورت تھا وہ لاچہ اور لمبی قمیض پہن کر سر پر طرے دار پگڑی پہن کر اپنا پسندیدہ ہتھیار بلم لیکر دریا کے کنارے اپنی بھینسوں کو دیکھنے گیا۔ راستے میں ایک جھونپڑی نظر آئی جہاں دو بچے کھیل رہے تھے۔ قریب ہی ایک کتیا اپنے دو پلوں کو دودھ پلا رہی تھی۔ نوجوان کوندل نزدیک آیا تو یہ غرانے لگی، نوجوان کا پارہ چڑھ گیا اس پر کوئی انسان ٹیڑھی آنکھ ڈالنے کی جرأت نہیں کرتا تھا چہ جائیکہ ایک کتیا یہ حرکت کرے۔ نوجوان آگے بڑھا کتیا پھر غرائی اس نے اگلے لمحے بلم کی انی سے کتیا کا کام تمام کردیا۔ وہ چیخی، چلائی، تڑپی اور ٹھنڈی ہوگئی۔ بے گناہ کتیا مرگئی، اس کی چیخ و پکار نے عرش الٰہی ہلا کر رکھ دیا۔

چند دن بعد اس کوندل کا اپنے چچا زاد بھائی سے جھگڑا ہوگیا۔ دوسرے ہی روز کسی اور کے ہاتھوں اس کا چچا زاد قتل ہوگیا۔ قاتلوں نے لاش دریا برد کردی، اگلی صبح لاش وہاں کنارے آلگی جہاں اس نوجوان کی بھینسیں بیٹھی جگالی کررہی تھیں۔ مقتول کے باپ نے مذکورہ نوجوان کو ہی قاتل قرار دیا۔ تھانے میں ایف آئی آر درج کرادی گئی اور اسے پکڑ کر گجرات جیل بھیج دیا گیا۔ سیشن جج میانوالی نے کیس کی سماعت کی اور اسے موت کی سزا سنائی۔ اپیلوں کا سلسلہ ڈیڑھ سال چلتا رہا۔ سب مسترد ہوگئیں۔ صرف وائسرائے کی رحم کی اپیل کا فیصلہ باقی تھا۔

ملزم کو یقین تھا کہ اسے پھانسی نہیں ہوسکتی کیونکہ وہ بے گناہ ہے نیز ٹوانہ برادری سے ان کے گہرے مراسم تھے اسے ان کی سفارش پر بھرپور یقین تھا۔ قاتل اور لوگ تھے جن کی لڑکی کے ساتھ مقتول کے ناجائز تعلقات تھے۔ اللہ کا کوڑا حرکت میں آیا پھانسی کیلئے اسے ڈسٹرکٹ جیل جھنگ کی کوٹھڑی میں بند کردیا گیا۔

یہاں سوتے میں وہ کیا خواب دیکھتا ہے کہ سامنے آسمان سے زمین تک ایک زنجیر لٹکی ہوئی ہے جس کسی کو عدل کی ضرورت ہو وہ اس زنجیر کو ہلاتا ہے۔ چنانچہ یہ نوجوان بھی زنجیر کے قریب جانے کی کوشش کرتا ہے کہ اپنی بے گناہی ثابت کرے مگر وہی کتیا اپنے دو بچوں کے ساتھ حائل ہوجاتی ہے۔ اسی طرح غراتی ہے اور قریب نہیں جانے دیتی۔ اب اس کی آنکھیں کھلتی ہیں کہ واقعی میں نے بلاوجہ ایک کتیا کے پیٹ میں بلم چبھو کر اسے مارا تھا۔ اس کا بدلہ مجھ سے لیا جارہا ہے۔ تمام اپیلیں اور سفارشیں مسترد ہوجاتی ہیں۔ آخر کار 5 اگست 1902ء کو صبح چار بجے اس نوجوان کو ڈسٹرکٹ جیل جھنگ میں پھانسی پر لٹکا دیا جاتا ہے۔ اس کی لاش خلاف معمول کافی دیر تک تڑپتی رہی اور یہ پیغام دیتی رہی کہ اللہ رب العزت کو اپنی مخلوق کتنی پیاری ہے اور یہ تقدیر کوئی اندھی، گونگی یا بہری چیز کا نام نہیں۔ یہ انسان کے اچھے برے اعمال کے تناظر میں حرکت کرتی رہتی ہے۔

اپنی نظر تیز کریں

چار بادام چٹکی بھر سونف اور ذرا سی مصری لیکر رات کو سوتے وقت کھالیجئے اور اسے کھانے کے بعد ہرگز پانی نہ پیجئے گا نظر دن بدن تیز ہوتی جائے گی۔

☆ سرسوں کے تیل کے چند قطرے آنکھوں کے اوپر لگا کر ہر روز رات کو سوتے وقت مالش کیجئے اس طرح نہ تو نظر کمزور ہوگی اور نہ کبھی آنکھوں کی بیماریاں لاحق ہونگی۔

(نور عائشہ، لاہور)

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اوراس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

جولائی کے جوابات

1۔ آپ بادی چیزوں سے پرہیز کے ساتھ اناس روزانہ پابندی کے ساتھ کم ازکم دوسوگرام استعمال کریں۔ بہت جلد آپ کوافاقہ محسوس ہوگا۔ لیکن غذائی پرہیز ساتھ ضرور کریں۔ **(ام ہدیٰ' راولپنڈی)**

☆ آپ ستر شفائیں اور ہاضم خاص عبقری کے دفتر سے منگوا کر کم از کم پانچ ماہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کو بہت جلد افاقہ محسوس ہوگا۔ مجھے بھی یہی مسئلہ تھا اللہ پاک نے مجھے شفاء کی نعمت سے نوازا۔ **(محمد عقیل' خیر پور)**

2۔ آپ عشاء کے وتر میں پہلی رکعت میں سورۃ النصر دوسری رکعت میں سورۃ ابی لہب اور تیسرے رکعت میں سورۃ اخلاص پابندی سے پڑھیں۔ اس کے ساتھ دونفل پڑھ کر حضرت نوح علیہ السلام کو ہدیہ کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد بہتر ہوجائیں گے۔ مجھے اپنی دعاؤں میں ضروریادرکھیے گا۔ **(ریحانہ' کوئٹہ)**

☆ آپ کسی بھی اچھے میڈیکل سٹور سے ایک دوا دل روز ملتی ہے اسے ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ بہت ہی آزمودہ اورمؤثر دوائی ہے۔ **(محمد اسلم' چونیاں)**

3۔ آپ ہونٹ پر بار بار زبان نہ لگائیں اس طرح اور بڑا ہوگا اورخشکی سے پھٹے گا۔ اس کے علاوہ ہروقت ہرپل کوئی سا بھی چھوٹا یا بڑا دردوشریف مسلسل وردکرتی رہیں' وضو کے بعد تین گھونٹ پانی اس نیت سے ضرور پئیں۔ اس سے آپ کے چہرے پر معصومیت اور نور پیدا ہوجائے گا اور بےاختیار ایک کشش سی پیدا ہوجائیگی۔ **(بنت زینب' گوجرخان)**

4۔ پچھلے سال رمضان المبارک میں مجھے انتہائی پیاس محسوس ہوتی تھی حتیٰ کہ مجھے یوں لگتا تھا کہ جیسے میری جان نکل جائے گی پہلے دوتین روزے یہی حال رہا۔ ہمارے گھر میں جوہر شفاء مدینہ ہروقت موجود رہتی ہے۔ میری نظر جب اس پر پڑی تو میں نے سحری کرنے کے بعد ایک چمچ جوہر شفاء مدینہ کا لے لیا آپ یقین کریں پورا دن مجھے بالکل بھی پیاس محسوس نہ ہوئی اور یہ میرے لیے حیرت انگیز بات تھی۔ پھر تو پورا رمضان میں نے پابندی سے جوہر شفاء مدینہ استعمال کی اور اللہ کے فضل سے نہ مجھے پیاس نے تنگ کیا اور نہ کوئی پریشانی ہوئی۔ یہ میرا ذاتی آزمودہ تجربہ ہے۔ **(ایک بہن' لاہور)**

اگست کے سوالات

1۔ محترم قارئین السلام علیکم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ جب میں خضاب لگاتا ہوں تو میری آنکھوں میں شدید جلن ہوتی ہے اور ساتھ مجھے الرجی بھی ہوجاتی ہے۔ اگر کسی قاری کے پاس اس کا کوئی حل تو برائے مہربانی جلد ارسال کریں۔ **(محمد ممتاز)**

2۔ قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے مقابلے میں ایک مالدار شخص نے سکول کھول لیا ہے اور علاقے میں اس کا اثر ورسوخ بھی زیادہ ہے کیونکہ اس کی برادری بھی زیادہ ہے جبکہ میرا اس پورے علاقے میں برادری کا کوئی ایک بھی گھر نہیں' وہ آئے روز میرے خلاف پراپیگنڈا اتیار رکھتا ہے۔ میں اس سے حسد نہیں کرتا میں تو صرف یہ چاہتا ہوں کہ میرے کاروبار پر اللہ کی رحمت رہے اللہ مجھے حضرت عثمان غنی جیسا امیر اور انہی کی طرح اسلام کی خدمت کرنے کی توفیق دے' قارئین برائے مہربانی مجھے رزق کی کشادگی اور صراط مستقیم کیلئے کوئی مجرب وظیفہ بتائیں اور دشمنوں سے بچاؤ کیلئے بھی۔ **(محمد عاصم' پتوکی)**

3۔ قارئین میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہم 3 بہنیں اور دو بھائی ہیں ہم اچھا کھاتے پیتے ہیں لیکن ہم پر کچھ اثر نہیں کرتا۔ دن بدن کمزور ہوتے جارہے ہیں' رنگت سانولی ہوگئی ہے اور جلد مرجھاسی گئی ہے' کوئی نہ کوئی تکلیف ضرور ہوتی ہے۔ برائے مہربانی ہمیں کچھ نسخہ بتائیے ہم آپ کے بہت مشکور ہونگے۔ **(سدرہ' اٹک)**

4۔ قارئین! میرا مسئلہ یہ ہے کہ پچھلے چند سالوں سے مجھے دانتوں میں شدید درد ہوتا ہے' میرے مسوڑھوں سے خون آتا ہے۔ کوئی بھی سخت چیز میں نہیں کھاسکتا' بہت علاج کرائے لیکن وقتی آرام آتا ہے۔ دونوں طرف کی ڈاڑھوں میں کیڑا لگا ہوا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ جن ڈاڑھوں میں کیڑا ہے وہ نکالنی پڑیں گی۔ میں ڈاڑھیں نکلوانا نہیں چاہتا۔ میں کوئی بھی ٹوتھ پیسٹ یا منجن استعمال کرلوں میرے دانتوں سے پیلاہٹ نہیں جاتی۔ براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا نسخہ بتائیں کہ میرے دانت ٹھیک ہوجائیں۔ آپ کو دعاؤں میں یاد رکھوں گا۔ **(وقاص' پتوکی)**

مناقب صحابہ ؓ واہل بیت ؓ

قسط نمبر 17

حضرت حسین بن علی رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا: ہم اہل بیت کی محبت کولازم پکڑو پس وہ شخص جو اس حال میں اللہ سے (وصال کے بعد) ملا کہ وہ ہم سے محبت کرتا ہوتو وہ ہماری شفاعت کے وسیلہ سے جنت میں داخل ہوگا اور اس ذات کی قسم جس کے قبضہ قدرت میں مجھ محمد (ﷺ) کی جان ہے کسی بھی شخص کو اس کا عمل ہمارے حق کی معرفت حاصل کیے بغیر فائدہ نہیں دے گا۔ **(امام طبرانی)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما مرفوعاً روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا میں درخت ہوں اور فاطمہ اس کے پھل کی ابتدائی حالت ہے اور علی اس کے پھول کو منتقل کرنے والا ہے اور حسن اور حسین اس درخت کا پھل ہیں اور اہل بیت سے محبت کرنے والے اس درخت کے اوراق ہیں وہ یقیناً یقیناً جنت میں (داخل ہونے والے) ہیں۔ **(امام دیلمی)**

حضرت علی بن ابی طالب رضی اللہ عنہ مرفوعاً روایت کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا چار شخص ایسے ہیں قیامت کے روز جن کیلئے میں شفاعت کرنے والا ہوں گا (اور وہ یہ ہیں) میری اولاد کی عزت وتکریم کرنے والا' اور ان کی حاجات کو پورا کرنے والا' اوران کے معاملات کیلئے تگ ودو کرنے والا جب وہ مجبور ہوکر اس کے پاس آئیں اور دل وجان سے ان کی محبت کرنے والا۔ **(امام متقی ہندی)**

حضرت علی رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: جوشخص میرے اہل بیت اور انصار اور عرب کا حق نہیں پہچانتا تو اس میں تین چیزوں میں سے ایک پائی جاتی ہے یا تو وہ منافق ہے یا وہ حرامی ہے یا وہ ایسا آدمی ہے جس کی ماں بغیر طہر کے اس سے حاملہ ہوئی ہے۔ **(امام دیلمی)**

حضرت علی بن ابی طالب رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: اے اللہ جو مجھ سے اور میرے اہل بیت سے بغض رکھتا ہے اسے کثرت مال اور کثرت اولاد دے نوازیہ ان کی گمراہی کیلئے کافی ہے کہ ان کا مال کثیر ہوجائے پس (اس کثرت مال کی وجہ سے) ان کا حساب طویل ہوجائے اور یہ کہ ان کی وجدانیات (جذباتی چیزیں) کثیر ہوجائیں تاکہ ان کے شیاطین کثرت سے ہوجائیں۔ **(امام دیلمی)**

غلاظت والی گلی

(مسز کامران، قصور)

خواب: میں نے خواب میں دیکھا کہ میری رشتہ کی ممانی جو کہ حقیقت میں وفات پا چکی ہیں خواب میں آئیں اور کہا کہ یہ دو چھوٹے (فراک یا کرتے) ہیں لے جاؤ، تمہارے یہاں جو بچہ پیدا ہوا ہے پہنا دینا مگر ان سے فراک لینے کیلئے جانے پر مجھے پوری گلی طے کرنا ہے جو کہ غلاظت سے بھری پڑی ہے۔ میرے پیچھے میری بیٹی کھڑی ہے میں یہ سوچتی ہوں کہ بچی کو لے کر کیسے جاؤں بہرحال جیسے تیسے کرکے میں راستہ طے کرتی ہوں ان تک پہنچ کر فراک حاصل کرتی ہوں وہاں ایک اور خالہ کھڑی ہے۔ اتنے میں گھر کے باہر ایک بھاری سی ٹنکی رکھی ہے میں سوچتی ہوں چلو پاؤں دھولوں اتنے میں وہ ٹینکی میرے اوپر گر جاتی ہے اور ایسا محسوس ہوتا ہے کہ میں مر جاؤں گی لیکن وہ ٹینکی اٹھا کر دوبارہ اس کی جگہ سیٹ کر دیتی ہوں اور کہتی ہوں چلو اچھا ہوا میں بچ گئی اور جو خالہ کھڑی ہیں وہ یہ کہتی ہیں کہ تمہیں کہیں چین نہیں ہے اس کے بعد اچانک میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ پر سحر کے اثرات کی وجہ سے مختلف مسائل درپیش ہیں جس میں حمل کے بار بار ضائع ہونے کا مسئلہ بھی شامل ہے لیکن انشاء اللہ یہ اثرات جلد دور ہوں گے۔ آپ بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء سورہ طٰہٰ کی آیت 69/70 گیارہ مرتبہ اور سورۂ فاتحہ اور معوذتین 41 بار پڑھ کر پانی میں دم کرکے پی لیا کریں۔

بہتر ازدواجی زندگی

(کوثر، لاہور)

خواب: میں نے دیکھا کہ میں اپنی کچھ سہیلیوں کے ساتھ کہیں جاتی ہوں وہاں بہت سی دکانیں ہوتی ہیں۔ میں ایک دکان پر جاتی ہوں اور کہتی ہوں کہ ایک درجن لال چوڑیاں اور ایک درجن پیلی چوڑیاں آپ باندھ دیں میں واپسی میں لے لوں گی۔ آگے جاتی ہو تو بہت سے سوئمنگ پول ہوتے ہیں وہاں میں اپنی سہیلیوں سے کہتی ہوں آجاؤ اور خود پانی میں چھلانگ لگا دیتی ہو پانی تھوڑا سا گہرا ہوتا ہے لیکن میں تیرنے لگتی ہوں۔ میری سہیلیاں مجھے تیرتا دیکھ کر بہت حیران ہوتی ہیں۔ جب میں باہر آتی ہوں تو میرے ہاتھ میں ایک سبز رنگ کی ساڑھی ہوتی ہے اور دوسرے ہاتھ میں پیسے ہوتے ہیں۔ میں اپنی سہیلی سے کہتی ہوں تم نے جو ساڑھی سکول سے لی تھی اس کے پیسے لے کر آئی ہو تو وہ کہتی ہے نہیں اس کی ایک ساڑھی میں چپکے سے نکال دیتی ہوں اور کہتی ہوں کہ اس کے پیسے میں دے دوں گی۔ وہ تین ساڑھیاں لیتی ہے اور میں ایک ساڑھی لیتی ہوں۔ پھر ہم دوبارہ واپس جاتے ہیں تو وہی دکان آتی ہے چوڑیوں والی، وہاں سے میں تمام رنگوں کی ایک ایک درجن چوڑیاں لیتی ہوں اور پھر اچانک میری نیند کھل جاتی ہے۔

تعبیر: ماشاءاللہ مبارک خواب ہے اور آپ کو بہتر ازدواجی زندگی ملنے کا اشارہ ہے نیز خاندان میں عزت اور خوشحالی ملے گی۔ آپ بہت نیک اعمال کا اہتمام رکھیں اور فضائل اعمال کا مطالعہ کیا کریں۔

داغدار چادر

(ایمن، کراچی)

خواب: میں اپنے کمرے میں بیٹھی ہوں میری بڑی بہن بھی وہاں موجود ہے۔ وہ مجھ سے چائے پینے کا کہتی ہے میں نہیں

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

پیتی پھر وہ دوسری چائے بنانے کا کہہ دیتی ہے لیکن مجھے نہیں پتا کس سے کہتی ہے اور کب۔ جب میں چائے پی لیتی ہوں تو بیٹھی ہوتی ہوں وہ چائے کا کپ بیچ میں رکھا ہوتا ہے جو میرے لیے بنواتی ہے وہ کسی کی ٹھوکر سے گر جاتا ہے شاید بہن کہتی ہے کہ چائے گر گئی ہے۔ میں نے تمہارے لیے بنوائی تھی وہ گر گئی پھر میں دیکھتی ہوں جو چائے گری تھی اس سے بہن کی چادر گندی ہو جاتی ہے میں کہتی ہوں کہ جلدی سے چادر دھولو ورنہ سفید چادر پر کلر آجائے گا اور پھر امی بھی ڈانٹیں گی کیونکہ وہ سفید چادر امی کی ہوتی ہے۔

(بہن شادی شدہ ہے) وہ جلدی سے جاتی ہے اور نمک لیکر چائے کا داغ صاف کرنے کی کوشش کرتی ہے اور اسے سرف کے پانی میں بھگو دیتی ہے۔ اتنے میں، میں اوپر چلی جاتی ہوں، بھائی کے کمرے میں وہاں لیٹ جاتی ہوں، اس کمرے میں صندوق بھی رکھے ہوتے ہیں امی آتی ہیں اور کہتی ہیں کہ صندوق کھولو مجھے کپڑے رکھنے ہیں۔ لیکن میں نہیں کھولتی اور میں اس کمرے سے باہر نکل جاتی ہوں۔ وہاں میری دوسری شادی شدہ بہن ہوتی ہے میں کمرے سے نکلتی ہوں اور کہتی ہوں کہ دیکھو باہر برف کتنی خوبصورت لگ رہی ہے۔ میں دوسری منزل پر کھڑی ہوتی ہوں اور (ہمارے گھر کے سامنے عیسائیوں کا گھر ہے) لیکن خواب میں وہاں پر بالکل برف سے ہر چیز ڈھکی ہوتی ہے ان کی چھتیں بھی بالکل سفید ہوتی ہیں میں کہتی ہوں دیکھو کتنی خوبصورت برف لگ رہی ہے۔

تعبیر: آپ کا خواب مجموعی طور پر اچھا نہیں ہے اور آپ کی کمزور دینی حالت کی طرف متوجہ کیا گیا ہے۔ نیز کسی قسم کے نقصان کا بھی اندیشہ ہے لہٰذا آپ نیک اعمال کی طرف متوجہ ہوں اور فوری طور پر مالی صدقہ کا اہتمام کریں۔ واللہ اعلم

الجھے خواب

خواب: میں عرصہ دراز سے بہت الجھے ہوئے خواب دیکھتی آرہی ہوں۔ میں خوابوں میں دیکھتی ہوں کہ گندگی والے راستے میں کہیں جارہی ہوں یا آرہی ہوں راستہ بالکل صاف ہوتا ہے پھر واپسی پر گلیوں میں گندگی سے گٹر بھرے پڑے ہیں اور میں اپنے کپڑے سنبھال کر وہاں سے گزرنے کی کوشش کرتی ہوں لیکن راستہ بند ہوتا ہے اور میں پریشان کھڑی رہتی ہوں اور کبھی میں پیشاب کر رہی ہوں تو وہ منہ پر آجاتا ہے، کبھی باتھ روم میں گندگی دیکھتی ہوں اور اپنا پاؤں بھرا ہوا دیکھتی ہوں اور اس سے پہلے میں سیڑھیوں اور بلندی کے خواب دیکھتی تھی میں چڑھ تو جاتی تھی ان پر مگر اترنا مشکل ہو جاتا تھا۔ وہ خواب بند ہوئے تو گندگی والے خواب دیکھنے لگی، پھر مختلف وظائف کرنے سے یہ خواب بند ہو جاتے ہیں یا پھر میں دیکھتی ہوں میرے جوتے گم ہوگئے ہیں اور کسی اور نے پہنے ہوئے ہیں یا بازار میں جوتوں کی دکان پر جوتا لینے جاتی ہوں مگر کوئی جوتا پسند نہیں آتا اور کہتی ہوں میرے اپنے پہلے والے جوتے ٹھیک تھے اس کے علاوہ اور بھی بہت سے پریشان کن خواب آتے ہیں۔

تعبیر: آپ کے خوابوں کے مطابق کسی حاسد دشمن کی طرف سے آپ پر سحر کرایا گیا ہے جس کی وجہ سے آپ کے تمام کاموں میں رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے اور ہوتے ہوئے کام بگڑ جاتے ہیں۔ آپ معوذتین 313 بار روزانہ پڑھ کر پانی میں دم کرکے 11 دن تک پی لیں۔

حج وعمرہ کی مانند ثواب

حضرت انسؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: ''جس شخص نے فجر کی نماز جماعت میں شریک ہو کر پڑھی پھر سورج نکلنے تک وہیں بیٹھ کر اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتا رہا پھر دو رکعتیں پڑھیں تو اس کیلئے ایک حج وعمرہ کی مانند ثواب ہوگا۔''

دولت مند ہونے کا کامیاب تجربہ

محمد شریف، کینیڈا

تین سو میں سے اس نے پانچ فیصد کے حساب سے پندرہ روپے اللہ تعالیٰ کی راہ میں دے دیئے۔ پھر اور سوٹ خریدتا دراصل منافع میں سے پانچ فیصد اللہ تعالیٰ کے نام کا شیئر مخلوق پر خرچ کرتا رہا۔ یہ پانچ فیصد بڑھتے بڑھتے چھ ماہ بعد 75 روپے روزانہ کے حساب سے نکلنے لگے

بھائی جان! میں نے تین کروڑ بیس لاکھ روپے کی دکان خرید لی ہے۔ جمعہ 26 جنوری کو صبح جب شرجیل نے لاہور سے فون کیا تو اتنے جوش و خروش میں تھا کہ میرا حال احوال دریافت کرنا ہی بھول گیا، پوچھا کہ اس وقت کہاں ہیں؟ ''کراچی'' میں نے جواب دیا دو دن بعد براستہ ملتان لاہور پہنچوں گا۔

بولا: لاہور پہنچتے ہی آپ مجھے فون کیجئے گا میں نے ہامی بھر لی...... سچی بات ہے کہ اس کی کامیابی پر مجھے اطمینان قلب محسوس ہوا۔ صبح صبح چونکہ ذہن ہشاش بشاش ہوتا ہے اور میری ایک عادت بھی بن گئی ہے کہ ہر واقعہ پر کچھ دیر غور و فکر کرتا ہوں سو کچھ ہی ثانیوں میں میرا ذہن کتاب ماضی کے ورق ورق الٹنے لگا...... دس سال قبل شرجیل نے ایم ایس سی کی تو خاندانی حالات کے باعث جاب یا بزنس اس کی شدید ضرورت تھی۔ دوست کا چھوٹا بھائی تھا لیکن ایک وقت آیا کہ اس کی دوستی میرے ساتھ زیادہ ہوگئی۔ ایک روز کہنے لگا......

بھائی جان ٹھوس اور قابل عمل حل بتائیں کہ اپنے پاؤں پر کھڑا ہو جاؤں۔ میں نے توقف اور غور و فکر کے بعد کہا کہ تین دن بعد اسلام آباد جا رہا ہوں میرے ساتھ جانا اور پھر تین دن بعد ہم راولپنڈی میں بزرگ دوست قاضی صاحب کے پاس بیٹھے تھے۔

قاضی صاحب حکیم اور روحانی دانشور ہیں۔ بڑے اطمینان سے مسئلہ سنتے رہے۔ کمرہ میں خاموشی چھا گئی تو بولے......شرجیل صاحب! آپ حوصلہ مند نوجوان دکھائی دیتے ہیں آپ دو کام کریں۔ کوئی چھوٹا موٹا دھندا کر لیں اور دوسرا یہ کہ جو بھی کاروبار کریں اس میں اللہ تعالیٰ کو اپنے ساتھ بزنس پارٹنر بنا لیں۔ شرجیل نے میری طرف اور میں نے اس کی طرف دیدے پھاڑ کر دیکھا۔ قاضی صاحب نے سلسلہ کلام جاری رکھتے ہوئے کہا یہ کام مردوں کا ہے صرف عزم بالجزم رکھنے والا مرد ہی کر سکتا ہے۔ اگر کاروبار کے خالص منافع میں سے پانچ فیصد اللہ تعالیٰ کا شیئر رکھ کر اللہ تعالیٰ کی مخلوق کو دے دیا کریں اور کبھی بھی اس میں ہیرا پھیری نہ کریں تو لازماً آپ کا کاروبار دن دگنی رات چوگنی ترقی کرتا رہے گا۔

واپسی پر لگتا تھا شرجیل اس پر عمل نہیں کرے گا لیکن اس نے کمال حیرت سے عمل کر دکھایا۔ مجھے یاد ہے یہ 1997ء کا سال تھا۔ اس کے پاس صرف ایک ہزار روپیہ تھا۔ اس نے کسی کے آگے ہاتھ نہیں پھیلایا اسی ایک ہزار سے بچوں کے پانچ سوٹ خریدے اور انارکلی بازار میں ایک شیئرنگ سٹال پر رکھ دیئے۔ دو دن میں تین سو روپے منافع ہوا تھا۔ تین سو میں سے اس نے پانچ فیصد کے حساب سے پندرہ روپے اللہ تعالیٰ کی راہ میں دے دیئے۔ پھر اور سوٹ خریدتا دراصل منافع میں سے پانچ فیصد اللہ تعالیٰ کے نام کا شیئر مخلوق پر خرچ کرتا رہا۔ یہ پانچ فیصد بڑھتے بڑھتے چھ ماہ بعد 75 روپے روزانہ کے حساب سے نکلنے لگے۔

یعنی روز کی آمدنی تقریباً سات سو روپے ہوگئی۔ ایک سال بعد ڈیڑھ سو روپے تین سال بعد اپنا سٹال اور روزانہ پانچ فیصد یعنی تین سو روپے نکلنے لگے۔ جس کا مطلب یہ تھا کہ تین سال بعد اسے روزانہ چھ ہزار روپے بچنا شروع ہوگئے تھے۔ سٹال چھوڑ کر اس نے کرائے پر دکان لے لی تھی۔ جب فون آیا تو میرا پہلا سوال یہی تھا کہ اب پانچ فیصد روزانہ کتنا نکل رہا ہے اس نے بتایا کہ روزانہ ایک ہزار روپیہ نکل آتا ہے جو اللہ تعالیٰ کی مخلوق پر خرچ کر دیتا ہوں۔ گویا تمام اخراجات نکال کر اب آمدنی روزانہ بیس ہزار روپے ہے۔ یہ بھی بتایا کہ اللہ تعالیٰ کے ساتھ بزنس میں اس نے آج تک بے ایمانی نہیں کی۔

قاضی صاحب نے بتایا تھا کہ جس کاروبار میں اللہ تعالیٰ کو پارٹنر بنا لیا جائے یعنی اللہ تعالیٰ کی مخلوق کا حصہ رکھ لیا جائے وہ ہمیشہ پھلتا پھولتا ہے بشرطیکہ! انسان کے اندر تکبر نہ ہو بلکہ عاجزی ہو۔ انہوں نے سچ ہی کہا تھا کہ کاروبار اتنا چل پڑتا ہے کہ ایک وقت آتا ہے جب بندہ سوچتا ہے میرا کافی سارا پیسہ لوگوں میں مفت میں تقسیم ہو رہا ہے۔ انہوں نے بتایا تھا کہ دولت مند بننے کا یہ نسخہ انہیں بزرگوں سے منتقل ہوا ہے اور کبھی بھی یہ نسخہ ناکام نہیں ہوا۔

فیض پانے والے

ایک بہن (پوشیدہ)

میری نقاب میں جو کیفیت تھی وہ بیان کرنا ذرا مشکل ہے۔ اصل میں مجھے ایسا محسوس ہو رہا تھا جیسے فرشتے میرے ساتھ ساتھ چل رہے ہوں

السلام علیکم حکیم صاحب! دو سال پہلے میری ملاقات عبقری اور پھر آپ سے ہوئی۔ آپ سے ملاقات کے بعد اب تک میں نے عبقری کا کوئی شمارہ نہیں چھوڑا بلکہ عبقری کی گزشتہ فائلیں بھی لا کر ان کا دل سے مطالعہ کیا۔ عبقری کا مجھے یہ فائدہ ہوا کہ پہلے میں گھر میں کام کاج کے دوران میوزک سنتی تھی اور اب الحمدللہ جی چاہتا ہے کہ بس اللہ اور اس کے حبیب نبی کریم ﷺ کا نام ہی سننے کو ملے۔ یہ سب آپ کی وجہ سے اور اللہ کے فضل و کرم سے ممکن ہوا ہے۔ اللہ آپ کو جزائے خیر دے۔ آپ نے میرے دل میں ایسی حضور ﷺ کی محبت بھر دی ہے کہ بیان سے باہر ہے۔ حکیم صاحب میں آپ کو ایک خوشخبری سنانا چاہتی ہوں یقیناً آپ کو سن کر خوشی ہوگی میں نے آپ کی اجازت سے برقع یعنی نقاب شروع کر دیا ہے۔ اس سے پہلے صرف برقع پہنتی تھی۔ یہ سب اللہ کے فضل اور آپ کی مدد سے ممکن ہوا ہے۔ ورنہ میں اس قابل کہاں تھی جو کہ حضرت بی بی فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کی سنت کو اپناتی۔ میری نقاب میں جو کیفیت تھی وہ بیان کرنا ذرا مشکل ہے۔ اصل میں مجھے ایسا محسوس ہو رہا تھا جیسے فرشتے میرے ساتھ ساتھ چل رہے ہوں اور میرے لیے آسانیاں پیدا کر رہے ہیں۔

عقلمند بیوی

ایک شخص اپنی بیوی سے بڑا تنگ تھا اور اسے ہر حالت میں طلاق دینا چاہتا تھا۔ ایک دن اس نے دیکھا کہ اس کی بیوی سیڑھیاں چڑھ رہی ہے اس نے بیوی کو مخاطب کیا اور کہنے لگا: سنو اگر تو اوپر چڑھی تو تجھے طلاق، نیچے اتری تو بھی طلاق اور اپنی جگہ کھڑی رہی پھر بھی طلاق۔ اس عورت نے اپنے خاوند کی طرف دیکھا، لمحہ بھر کیلئے رکی ذرا سوچا اور پھر اس کے خاوند نے دیکھا کہ اس نے سیڑھی سے چھلانگ لگا دی۔ خاوند کی مسرتوں پر پانی پھر گیا۔ اپنی بیوی سے مخاطب ہوا ''میرے ماں باپ تجھ پر قربان! تو کتنی بڑی فقیہہ ہے اگر امام مالک رحمۃ اللہ علیہ وفات پا جائیں تو ممکن ہے اہل مدینہ فتویٰ کیلئے تیرے ہی پاس آئیں۔

(مسز نائلہ زیب، لاہور)

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

چہرے کے مسائل

میرے چہرے پر بہت خشکی تھی۔ تین ماہ پہلے ڈاکٹر کو دکھایا۔ دوا استعمال کرنے سے ماتھے' چہرے اور ناک پر باریک باریک لکیریں پڑ گئی ہیں۔ چہرہ بدنما لگتا ہے میری شادی نہیں ہوئی ہے۔ میں چہرے پر لکیروں کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ ہومیوپیتھک علاج سے چہرے کے کھچاؤ میں کمی آئی ہے مگر لکیروں میں نہیں۔ کچھ لگاتی ہوں تو یہ لکیریں اور نمایاں ہو جاتی ہیں۔ مجھے بتائیے میں کیا کروں؟؟ **(رابعہ ناہید' شیخوپورہ)**

مشورہ: چہرے کی جلد بڑی حساس ہوتی ہے۔ کوئی بھی کریم یا تیل لگایا جائے تو نقصان کا اندیشہ ہوتا ہے۔ آئل آف اولے لگانے سے آپ کو تکلیف ہوئی۔ آئل اصلی تھا یا نقلی' یہ اللہ جانتا ہے۔ دکاندار نمبر دو مال بڑے اعتماد سے فروخت کرتے ہیں۔ آپ نے ایک بات نہیں لکھی کہ صابن کونسا استعمال کرتی ہیں۔ صابن کی وجہ سے بھی چہرہ خشک ہو جاتا ہے اور جلد متاثر ہوتی ہے۔ اب آپ بیسن سے چہرہ دھونا شروع کیجئے۔ ایک چمچ بیسن میں پانی ملائیے اور گاڑھا پیسٹ بنا کر چہرے پر لگائیے۔ چار منٹ بعد انگلیوں سے چہرے پر اوپر کی طرف مساج کیجئے۔ ابٹن کی طرح مل کر تازہ پانی سے منہ دھوئیے۔ چہرے پر بہت خشکی ہو تو بیسن میں پانی کے بجائے دودھ یا چند قطرے زیتون کا تیل ملائیے اور پھر چہرے پر مساج کر کے پانی سے دھوئیے۔ آپ دن میں دو تین بار بیسن سے منہ دھو سکتی ہیں۔ کنوار گندل یا گھیکوار مالی سے منگائیے۔ اس کی شاخ پانی سے دھوئیے ایک چمچ گودا بہت ہے۔ یہ گودا چہرے پر لگائیے اور پندرہ منٹ بعد تازہ پانی سے منہ دھوئیے۔ اس کے لگانے سے چہرے کو نقصان نہیں ہوتا۔ دن میں ایک بار لگائیے آپ کو فرق محسوس ہوگا۔ آلو بخارے بازار میں آج کل مل جاتے ہیں' روزانہ کھائیے۔ خشک آلو بخارے کی چٹنی بھی آپ کیلئے مفید ہے۔ کھیرا' سلاد' ٹماٹر' پیاز اور لیموں روزانہ کھائیے۔

آنکھوں کے مسائل

سرگودھا سے آگے دور جا کر میرا گاؤں ہے۔ مصیبت یہ ہے کہ وہاں برسات کے دنوں میں سب کی آنکھیں دکھنے آجاتی ہیں۔ گھر میں ایک آدمی کی آنکھ خراب ہو تو باری باری پورا گھرانہ آنکھوں کی بیماری میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اب پھر برسات کا موسم ہے۔ پانی چڑھ رہا ہے اور ہمارے گاؤں میں پانی بھی آجائے گا۔ ساتھ میں بیماریاں بھی۔ کوئی احتیاطی تدبیر بتائیے۔ **(آسیہ انعم' سرگودھا)**

مشورہ: برسات کے بعد ہونے والی گرمی' حبس' سیلاب کے بعد عموماً بیماریاں پھیل جاتی ہے۔ آشوب چشم بھی متعدی مرض ہے۔ ایک مخصوص جرثومے سے یہ پھیلتا ہے اور بڑا تکلیف دہ ثابت ہوتا ہے۔ تیز روشنی اور دھوپ برداشت نہیں ہوتی۔ آنکھوں کی جلن اور کھٹک سے بے چینی ہوتی ہے۔ آنکھیں چپک جاتی ہیں۔ جب بھی کسی کو آشوب چشم ہو اسے چاہیے بڑی احتیاط کرے۔ آنکھیں بالکل نہ ملی جائیں' 2 چمچ ہلدی لیں اس میں پانی ملا کر ململ کے ٹکڑے رنگ لیے جائیں۔ آنکھیں جب بھی صاف کریں' ہلدی میں رنگے کپڑے سے کیجئے۔ کپڑا خراب ہو تو اسے زمین میں دبائیں یا جلا دیا جائے۔ آنکھ پر مکھی نہ بیٹھنے دیجئے۔ اپنے ہاتھ بار بار دھوئیے۔ تیز دھوپ سے بچئے۔ عینک ہو تو لگائیے۔ بڑا گوشت' مسور کی دال' بینگن' مرچ مسالے سے پرہیز کیجئے۔ بورک پاؤڈر پانی میں ملا کر اس سے آنکھ دھوئیے۔ بورک نہ ملے تو نیم کے پتے پانی میں ابال کر اس سے آنکھ صاف کیجئے۔ صاف ستھری برف صاف کپڑے میں رکھ کر اس کی پوٹلی آنکھوں پر پھیریئے جلن اور سوجن کم ہوگی۔ گلاب کا عرق آنکھوں میں روزانہ تین چار بار ڈالا جائے۔ مریض احتیاط سے رہے تو دوسرے لوگ بیماری سے محفوظ رہیں گے۔

ترجمے کے ساتھ قرآن

میرے چار بچے ہیں' بڑا بچہ قرآن پاک پڑھ چکا ہے جبکہ تین بچے ابھی پڑھ رہے ہیں۔ میرا جی چاہتا ہے کہ بچوں کو معنوں کے ساتھ قرآن پڑھاؤں تاکہ سمجھ میں آجائے' میں نے قرآن شریف خود بھی پڑھا ہے مگر ترجمہ نہیں۔ آسان زبان میں ترجمے کے ساتھ کوئی سستا سا نسخہ مل جائے تو بتائیے تاکہ میں خود بھی پڑھ سکوں اور بچوں کو بھی پڑھا سکوں۔ **(شمائلہ' لاہور)**

مشورہ: آپ کا خط پڑھ کر خوشی ہوئی۔ آپ ترجمے کے ساتھ خود پڑھنا اور بچوں کو بھی پڑھانا چاہتی ہیں۔ بہت اچھی بات ہے۔ میں نے بھی کچھ طالب علموں کو قرآن آسان تحریک لاہور کا مرتبہ کردہ ترجمہ قرآن حکیم دو رنگ میں پڑھنے کو دیا چند پارے پڑھ کر ہی معنی ان کی سمجھ میں آنے لگے۔ بہتر ہے کہ کسی مستند عالم دین سے مشورہ کر لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔

نیل پالش سے ناخن خراب

نیل پالش مسلسل لگانے سے میرے ناخن خراب ہو گئے ہیں' ان پر لکیریں پڑ گئی ہیں اور سب سے بڑی بات یہ کہ وہ ٹوٹنے لگے ہیں' کمزور ناخن ہو جائیں تو کہیں پر بھی لگ جائیں تو ان پر نشان پڑ جاتا ہے پھر انہیں کاٹنا پڑتا ہے۔ کوئی ٹوٹکا بتائیے جس سے ناخن صحیح رہیں اور جلدی بڑھ جائیں تاکہ اچھے لگیں۔ **(شائستہ' کراچی)**

مشورہ: کیلشیم کی کمی سے بھی ناخن خراب ہو جاتے ہیں۔ بڑی بوڑھیاں کہا کرتی تھیں کہ لہسن ہاتھ سے چھیلا کرو' ان سے ناخن مضبوط ہوتے ہیں۔ آپ تھوڑی سی مہندی لے کر ان میں جو کا سرکہ ملائیے۔ یہ مہندی ناخنوں پر ہفتے میں تین بار لگانے سے بھی فرق پڑیگا۔ نیل پالش سے ناخن خراب ہو رہے ہیں آپ پالش لگانا چھوڑیئے۔ بڑے ناخن فیشن میں داخل ہیں ایسا فیشن کس کام کا جس سے یہ خراب اور بدنما ہو جائیں ان کی وجہ سے جراثیم غذا کے ساتھ جسم کے اندر پہنچتے ہیں۔ ناخن سخت ہو کر سیاہ بھی ہو جاتے ہیں' آپ ناخن بڑھائیے نہیں۔ صحت مند' گلابی اور چمکتے ناخن اچھے لگتے ہیں' کیلشیم کھائیے اپنی غذا میں دودھ شامل کیجئے' مہندی اور سرکہ ملا کر لگائیے۔ مہندی کا رنگ اچھا نہیں لگتا تو مہندی کے تھوڑے سے پتے سرکے میں ابال چھان کر رکھیے اس محلول میں روز پانچ منٹ کیلئے ناخن ڈبوئیے۔ ناخن ٹھیک نہ ہوں تو ڈاکٹر کو دکھائیے۔ خراب ناخن کسی آنے والی بیماری کا پیش خیمہ بھی ہو سکتے ہیں۔ پتلے کمزور اور شکستہ ناخن کمزوری اور اعصابی بے چینی کی علامت ہیں۔ طبی ماہرین معائنہ کر کے ناخن کی رنگت' ساخت اور وضع قطع سے اندازہ لگا لیتے ہیں کہ مریض کو کن مسائل کا سامنا ہے۔ پھر دوا تجویز کر دیتے ہیں۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ' کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ **(ادارہ)**

توری! سستی لیکن مفید سبزی

حکیم زاہد علی، سیالکوٹ

اس میں فولاد کے اجزاء بکثرت پائے جاتے ہیں اس طرح بدن سے خون کی کمی دور ہوجاتی ہے۔توری کی ایک قابل ذکر خصوصیت یہ بھی ہے کہ یہ ہلکی ہونے کی بناپر جلد ہضم ہوجاتی ہے۔ایسے حضرات کیلئے بھی یہ موزوں غذا ہے جن کا معدہ کمزور ہو

قدرت ہر موسم میں انسانی جسم کی ضرورت کے مطابق پھل اور سبزیاں پیدا فرماتی ہے۔موسمی پھلوں کے علاوہ موسمی سبزیوں کو بھی استعمال کرنا چاہیے۔سبزیاں پکانے کیلئے اس میں گھی قلیل مقدار میں استعمال کرنا چاہیے اور سبزیاں ہلکی آنچ پر پکائیں، انہیں بطور دوانہیں بطور غذا استعمال کریں۔ ایک دوتولہ سبزی تو دوا کا کام دیتی ہے۔غذا کے طور پر نصف پاؤ تک حسب عمر وجسم کھائیں۔موسم گرما کی سبزیوں میں توری لذیذ اور مفید غذائی اجزاء سے بھرپور ہے۔اسے کالی توری اور گھیا توری سے بھی موسوم کرتے ہیں۔ایران کے نفیس مزاج باشندے اس سبزی کو بہت پسند کرتے اور اسے شاہ توری کے نام سے یاد کرتے ہیں۔

فوائد استعمالات

توری پکاتے وقت اس کا چھلکا نہیں اتارنا چاہیے کیونکہ اس میں حیاتین اور دیگر قوت بخش اجزاء ہوتے ہیں۔توری پکاتے وقت اس میں ٹماٹر ڈالیں جبکہ سرخ مرچ کم استعمال کریں۔غذائی افادیت کے علاوہ توری کے کوناگوں طبی فوائد بھی ہیں۔قبض موجودہ دور کا عام مرض ہے اسے ام الامراض بھی کہتے ہیں کیونکہ قبض سے کئی دوسرے امراض جنم لیتے ہیں اس کے ازالہ کیلئے مریض کو قبض کشا دوا استعمال کرائی جائے تو طبیعت اس دوا کی عادی ہوجاتی ہے۔قبض کا بہترین علاج ایسی غذائیں ہیں جنہیں کھائیں تو جن سے قبض خودبخود ٹھیک ہوجائے۔توری ایسی ہی قسم کی دوا ہے کہ رات سوتے وقت ایک پاؤ پکی ہوئی توری کھائیں تو قبض خودبخود ٹھیک ہوجاتی ہے علاوہ ازیں یہ تیزابی مادوں کیلئے مؤثر غذائی دوا ہے۔

طب یونانی کی رو سے اس کا مزاج سرد تر ہے۔یہ بدن کی گرمی اور خشکی کو دور کرتی اور پیشاب آور ہے۔اس طرح یہ بدن سے فاسد مادوں کو خارج کرتی ہے۔بخار کی حالت میں، بواسیر کے ذریعہ اور پیشاب میں خون آنے کی صورت میں توری سرخ مرچ کے بغیر پکا کر کھائیں تو فائدہ ہوتا ہے۔

توری بدن کی جلن، چہرے کی زردی اور توہم پسندی کی کیفیت میں بھی ایک مفید غذائی دوا ہے۔علاوہ ازیں دل کی تقویت کا سامان پیدا کرتی ہے۔دماغی کام کرنے والوں اور طلباء کیلئے عمدہ غذا ہے جو لوگ خون کی کمی کا شکار ہیں انہیں بھی یہ بکثرت استعمال میں لانی چاہیے۔اس میں فولاد کے اجزاء بکثرت پائے جاتے ہیں اس طرح بدن سے خون کی کمی دور ہوجاتی ہے۔توری کی ایک قابل ذکر خصوصیت یہ بھی ہے کہ یہ ہلکی ہونے کی بناپر جلد ہضم ہوجاتی ہے۔ایسے حضرات کیلئے بھی یہ موزوں غذا ہے جن کا معدہ کمزور ہو۔اس غلط فہمی کا ازالہ بھی ضروری ہے کہ جو افعال وخواص اوپر بیان کیے گئے ہیں یہ کالی توری یا گھیا توری کے ہیں۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ایڈیٹر کی کتابیں، رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ہم آپ کے بے حد شکرگزار رہوں گے۔**(ادارہ)**

3۔حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات ورسائل سے تحریریں من وعن نقل کرکے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ڈاکٹر ظفر حمید ملک، اٹک۔عظمیٰ اعجاز، لاہور۔فرحت، لاہور۔ذکیہ اقتدار، بہاولنگر۔محمد زبیر، پشاور۔پرنسپل غلام قادر ہراج، جھنگ۔نیاز محمد، کوئٹہ۔امتیاز حیدر اعوان، کراچی۔نصیر احمد، ایبٹ آباد۔محمد اشتیاق، سکھر۔

آیت الکرسی کا وظیفہ

سورۃ فاتحہ کے لیے کسی وظیفہ کی ضرورت نہیں ہے۔اسے جب بھی موقع ملے دن رات میں اکیس بار پڑھا کریں

آیت الکرسی کا عالم بننے کے لیے متعلقہ شخص ایک وقت ایسا متعین کرے جس کی پابندی کرسکے۔یہ عمل اکتالیس روز کا ہے۔وقت معینہ پر باوضو ہوکر بیٹھے اور پھر گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے اور آیت الکرسی تین سو مرتبہ پڑھے اور پھر آخر میں درود شریف گیارہ مرتبہ پڑھ کر اٹھ کھڑا ہو۔اسی طرح روزانہ باوضو ہوکر یہ عمل دہراتا رہے۔درود شریف اول بھی گیارہ مرتبہ اور آخر میں بھی گیارہ مرتبہ پابندی سے پڑھے اور آیت الکرسی تین سو بار پڑھے۔اس تعداد سے نہ کم ہو نہ زیادہ۔اکتالیس دن کے بعد عامل ہوجائے گا۔پھر جس مرض کے لیے بھی اسے استعمال کرے گا انشاء اللہ مریض صحت یاب ہوجائے گا۔اسے پڑھ کر مریض پر صبح وشام دم بھی کردیا کرے اور پانی پر بھی دم کرکے دے اور کم ازکم گیارہ دن پانی پینے کی تاکید کرے۔ان گیارہ دنوں میں دم کیے ہوئے پانی کے علاوہ پانی نہ پیئے۔اس کی تاکید کردی جائے۔

سورۃ فاتحہ کا عمل: سورۃ فاتحہ کے لیے کسی وظیفہ کی ضرورت نہیں ہے۔اسے جب بھی موقع ملے دن رات میں اکیس بار پڑھ کرے۔یہی عمل کافی ہے۔اس پہلی سورۃ پاک کے بہت سے نام ہیں جن میں سے ایک نام سورۃ شفاء بھی ہے۔اس لیے ہر مریض پر دم کے لیے بھی یہ مفید ہے اور پانی پر دم کرکے پلانا بھی مفید ہے۔مریض کو نماز کی پابندی کی تاکید کے ساتھ اس کو پڑھنے کی بھی تاکید کریں کہ وہ خود بھی پڑھ کر اپنے ہاتھوں پر دم کرے۔اپنے جسم کے اوپر ہاتھ پھیر لیا کرے اور جسم کے جس حصہ میں درد معلوم ہو وہاں خصوصی طور پر تین بار پڑھ کر دم کرنے سے فائدہ ہوگا۔یہ پندرہ پندرہ منٹ کے وقفے سے تین بار دم کرے۔

آج کل تعویذ گنڈوں کا کاروبار بہت چل رہا ہے۔بیشتر لوگوں نے اسے پیشہ بنالیا ہے۔غریب مریضوں سے ٹھونک بجا کر پیسے وصول کرتے ہیں۔میری درخوست ہے کہ اسے پیشہ نہ بنایا جائے۔اللہ کی رضا کے لیے ہی خدمت کی جائے اور اللہ ہی سے دنیا اور آخرت کی فلاح طلب کی جائے۔(صفحہ نمبر 271)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے ”کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں“ نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع، آپ کا صدقہ جاریہ)

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد **مجالس مجذوبی** کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد وتجربات لکھیں' صدقہ جاریہ ہوگا۔

انوکھے انداز سے عبقری ملا

میں آفس میں بیٹھا کام کر رہا تھا تھوڑی دیر کیلئے اپنی سیٹ سے اٹھا اور ساتھ ہی ایک لکڑی کی دیوار کے پار دوسری جانب گیا واپس آکر دیکھا تو میری میز پر دسمبر 2007ء کا عبقری پڑا تھا میرے آفس کے دوسرے ملازمین بھی وہاں موجود تھے ان سے پوچھا کہ یہ کس نے رکھا ہے تو انہوں نے لاعلمی کا اظہار کردیا کہ ہم نے کسی کو یہاں آتے ہوئے اور رسالہ عبقری رکھتے ہوئے نہیں دیکھا۔ **(سعید احمد)**

لاجواب حافظہ پانے کا حیرت انگیز عمل

ایک صاحب کہنے لگے جون 2009ء کے عبقری میں کریم اللہ شاہ جہان کے وظائف چھپے تھے تو ان میں حافظہ تیز کرنے کے متعلق آیات چھپیں تھیں یہ آیات اور عمل حکیم صاحب کی کتاب بدترین پریشانیوں کے لاجواب وظائف میں بھی ہے۔ یہ آیات لکھ کر نہار منہ ہر اتوار کی صبح ایک نگل لیتی ہے اس سے میرا حافظہ بہت اچھا ہوگیا ہے۔

روشن دماغ ٹانک سے حافظہ تیز ہوگیا

میں خبریں اخبار میں ملازم ہوں اکثر ہمارے سینئر ایڈیٹر مجھ سے ناراض ہوا کرتے تھے کہ تم خبریں لگانا بھول جاتے ہو' نہایت شرمندگی اور پریشانی کا سامنا ہوتا تھا وجہ یہ تھی کہ کام کے بوجھ کی بنا پر حافظہ کمزور ہو چکا تھا ایک دن انعام الحق علوی نے کہا کہ روشن دماغ ٹانک استعمال کریں' میں نے کچھ عرصہ مستقل مزاجی سے استعمال کی' اس کی بدولت میرا حافظہ بہت تیز اور لاجواب ہوگیا۔ **(محسن ورک)**

درس کی حاضری اور عبقری کی بدولت سود سے نجات

میں بینک ملازم ہوں' مختلف بینکوں کا ایریا منیجر رہا ہوں میری شادی جس لڑکی کے ساتھ ہوئی وہ عبقری پڑھتی تھی میں اکثر بینک کے سود والے نظام سے پریشان رہتا تھا اور مطمئن نہ تھا عبقری پڑھنے کے بعد درس پر حاضر ہوا' اس کے بعد میں اسلامی بینک میں ملازم ہوگیا۔ ان کی بدولت اب اسلامی بینکنگ سکھاتا ہوں۔ **(عثمان اسلم)**

نفل حاجت کی برکت سے غیبی مدد

پچھلی گرمیوں میں بارشیں بہت شدید ہوئیں' میں درس سے گھر گیا' موٹا سائیکل کی لائٹ اپنے گھر کے نیچے تہہ خانے میں مار کر دیکھا کہ وہاں 12 انچ کے قریب پانی جمع تھا۔ میں بہت پریشان ہوگیا کہ اکیلا میں اور میری بیوی اتنا پانی باہر کیسے نکالیں گے بچے تو بہت چھوٹے ہیں۔ میں وضو میں تھا اوپر گیا اور دو رکعت نماز نفل حاجت پڑھے اور سوگیا صبح اٹھ کر دیکھا تو تہہ خانہ میں سے تقریباً 66 فیصد پانی غائب تھا۔ میرے دل میں خیال آیا کہ 2 رکعت نفل نماز حاجت اور پڑھ لیتا تو یہ بھی غائب ہوجاتا۔ پانی کے وہ نشانات ابھی تک میرے گھر کے تہہ خانے میں ہیں۔ **(محمد آصف)**

حادثات سے حفاظت

گھر سے باہر نکلنے کی دعا بِسۡمِ اللّٰہِ تَوَکَّلۡتُ عَلَی اللّٰہِ لَاحَوۡلَ وَلَاقُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ جب سے پڑھنی شروع کی کئی دفعہ حادثے سے بچا ہوں اور کئی ایک دفعہ میری گاڑی کے شیشے دوسری گاڑیوں کے ساتھ ٹکرائے ہیں لیکن کوئی حادثہ یا نقصان نہیں ہوا حالانکہ میں اکثر گاڑی چلاتے ہوئے سوجاتا ہوں۔ **(فیض احمد فریدی)**

سفر کی دعا کی برکت سے سواری کی حفاظت

بچپن سے عادت ہے کہ سواری پر سوار ہونے کی دعا سُبۡحٰنَ الَّذِیۡ سَخَّرَ لَنَا ھٰذَا وَمَا كُنَّا لَهٗ مُقۡرِنِيۡنَ وَاِنَّاۤ اِلٰی رَبِّنَا لَمُنۡقَلِبُوۡنَ پڑھ لیتا ہوں اور آج تک میرا کبھی حادثہ نہیں ہوا ہے میں نے سائیکل اور پھر موٹر سائیکل چلانا بھی سیکھی لیکن کبھی اس دعا کی برکت سے گرا بھی نہیں ہوں۔ **(دانش طالبعلم)**

سورۂ کوثر سے پٹرول میں برکت

ایک صاحب کہنے لگے میں چند ماہ پہلے رائیونڈ پر اپنے موٹر سائیکل پر جا رہا تھا راستے میں پٹرول پمپ پر پٹرول ڈلوانے کیلئے رکا تو میں نے کہا 100 روپے کا پٹرول ڈال دو' پٹرول پمپ ملازم نے کہا کہاں جا رہے ہو میں نے کہا رائیونڈ۔ ملازم نے کہا سفر لمبا ہے 200 روپے کا پٹرول ڈلوالیں میں نے کہا نہیں سو روپے کا ڈال دو۔ میں نے سورۂ کوثر پڑھتا رہا' میں رائیونڈ سے ہوکر واپس بھی آگیا پھر بھی دو دن تک پٹرول باقی رہا۔

سورۂ قریش سے دشمن بنا دوست

ایک صاحب کہنے لگے میں قرض کے بوجھ تلے دبا ہوا تھا' سخت پریشان تھا قرض خواہ سنگین نتائج کی دھمکیاں دیتے تھے بعض اوقات نوبت یہاں تک پہنچ جاتی کہ بس ابھی گولیاں چل جائیں گی۔ قرض لینے والے پٹھان اور دوسرے میران شاہ کے' پھر خطرناک کیوں نہ ہوتے بس حکیم صاحب کے بتائے ہوئے ذکر پر عمل کیا اور سورۂ قریش کی تسبیح پڑھ کر انہیں ہدیہ کردیتا وہ قرض وصول کرنے والے جو ایک دن قبل گولی مارنے کیلئے تیار تھے کلام الٰہی کی برکت سے بدل گئے اور دوبارہ مجھے اپنے ساتھ کاروبار کی پیشکش کی۔

سورۂ قریش سے لڑائی جھگڑے سے حفاظت

میں ایک دن لاری اڈا لاہور گیا میں نے ریڑھی والے سے امرود دیکھے اور کاٹ کر دینے کیلئے کہا وہاں اکثر دھوکہ ہوتا ہے اور پھل فروش خراب پھل تھما دیتے ہیں اس نے خراب کیڑے والے امرود کاٹ کر دیئے۔ میں نے کہا یہ میں نہیں لیتا تب وہ غصے میں آگیا اور کہنے لگا لینے پڑیں گے وہ تھا بھی صحت مند۔ میں ڈر گیا کہ اب یہ مارے گا؟ بس میں نے سورۂ قریش پڑھی تب ہی اس کا مزاج نرم ہوگیا اور کہا آپ میرے باپ کی طرح ہیں جہاں سے کہتے ہیں کاٹ دیتا ہوں ناراض نہ ہوں۔ **(سعید احمد)**

شادی کیلئے سورۂ قریش

ایک صاحب کہنے لگے کہ ایک دفعہ حضرت حکیم محمد طارق محمود صاحب نے فرمایا کہ جن نوجوانوں کی شادی نہیں ہوتی ان کیلئے اور باپ بننے کیلئے سورۂ قریش کا ذکر بہت مفید ہے۔ میں نے یقین کے ساتھ سورۂ قریش پڑھی میری مہینوں میں نہیں بلکہ دنوں میں شادی ہوگئی۔

سورۂ قریش سے غیبی مدد

آج درس شروع ہونے سے قبل انٹرنیٹ نہیں چل رہا تھا اچانک دونوں انٹرنیٹ یو ایس بی جواب دے گئیں بہت زیادہ پریشانی ہوئی درس انٹرنیٹ پر آن لائن کیسے جائے گا؟ میں' علی راجہ اور توقیر بھائی پاس بیٹھے تھے اچانک ہم نے سورۂ قریش پڑھنی شروع کی ابھی شروع کی تھی کہ یو ایس بی ٹھیک ہوگئیں اور انٹرنیٹ آن ہوگیا۔ **(حسن ہاشمی)**

اللہ سے باتوں کی بدولت گاہک واپس آگیا

میں سبزی منڈی میں سبزی کی ریڑھی لگاتا تھا ایک شخص آیا کہ کوبھی دے دو' پھر کہا نہیں لینی' مجھے بڑا دکھ ہوا میں نے اللہ سے دل ہی دل میں باتیں کیں اور کہا اللہ مجھے اس شخص سے پیسے چاہئیں۔ وہ شخص چار پانچ منٹ بعد واپس آیا اس نے کہا میں نے سوچا چلو لے لیتے ہیں لیکن پانچ روپے کم دوں گا میں نے کہا دس کم دے دینا' اس نے سبزی لے لی اگر میں اللہ سے سارے پیسے بھی کہتا تو اللہ دے دیتا۔ **(امتیاز' خادم تسبیح خانہ)**

گمشدہ چیزوں کو تلاش کرنے کا عمل

اِنَّـا لِـلّٰہِ وَاِنَّا اِلَیْہِ رَاجِعُوْنَ پڑھنے کی بدولت ہر گمشدہ چیز مل جاتی ہے۔ میں نے کئی بار آزمایا ہے ہر بار گمشدہ چیز بہت جلد مل جاتی ہے۔ **(امتیاز، میلسی)** (حضرت حکیم صاحب نے فرمایا: کہ یہ وہ جوان ہے جس نے میلسی میں سب سے پہلے عبقری پہنچایا سب سے پہلے 20 جاتے تھے وہ بھی بچ جاتے تھے اور اب 350 عبقری رسالے جاتے ہیں اور کوئی واپسی بھی نہیں ہے جبکہ اس کی کپڑے کی دکان ہے اس نے عبقری پر محنت کی اور اب ایجنسی بھی اسی کے پاس ہے۔)

درود شریف پڑھنے سے آنکھ درد ٹھیک ہوگیا

میں لبرٹی مارکیٹ سے چلا تو درس پر آنا تھا۔ میری آنکھ کے اوپر بہت شدید درد ہورہی تھی میں نے درود شریف پڑھنا شروع کیا لیکن درد جاری رہا مزید پڑھتے پڑھتے آخر کار درد ختم ہوگیا۔ میں کراچی میں تھا تب جون 2006ء کا رسالہ جو سب سے پہلے چھپا تھا مجھے زبردستی کسی ساتھی نے دس روپے کا دیا پھر ایسا مزا لگا کہ اب جاتا نہیں اور میرے ہر دفعہ ایک دو رسالے چوری ہوجاتے ہیں اور دوبارہ لینے پڑتے ہیں۔ میں نے کئی افراد کو عبقری پر لگا دیا ہے۔

انمول خزانے کی برکت سے ٹی وی سے نجات

میرے گھر کے کمروں میں 4 ٹی وی تھے اور کیبل بھی چلتی تھی درس کی برکت اور دو انمول خزانے کی آخری دعا کا اہتمام کیا اور تین ٹی وی بند کروادیئے لیکن والد صاحب رضامند نہیں ہوتے تھے تب میں نے دو انمول خزانے میں حضرت ابو درداء رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی دعا میں اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنْ شَرِّ نَفْسِی کو 13 بار پڑھ کر دعا کو مکمل پڑھتا رہا۔ آج تین دن ہوگئے کہ والد صاحب کے کمرے والا ٹی وی خراب ہوگیا ہے اور ویسے ہی پڑا ہے۔ **(جنید الرحمٰن)**

سورۂ انعام کی برکت سے کرایہ دار مل گئے

ایک صاحب کہنے لگے میرے مکان کے کرایہ دار اچانک مکان خالی کرکے چلے گئے کوئی اور کرایہ دار نہیں مل رہا تھا میں پریشان تھا اکثر آکر ایڈوانس دیتے پھر بھاگ جاتے ہیں۔ میں نے حکیم صاحب کے کہنے پر سورۂ انعام کی آیت نمبر 45 پڑھنی شروع کی ایک دن پراپرٹی ڈیلر کا فون آیا میں نے کہا ایک صاحب کرایہ پر لینے کیلئے ملے وہ میرے پرانے جاننے والے تھے اور نمازی پرہیزگار تھے یوں مکان کرایہ پر چلا گیا۔

چوری ہوئے جوتے واپس مل گئے

دس پندرہ دن قبل میں لاہور اسٹیشن لنڈے بازار گیا ظہر کی نماز کا وقت تھا میں جماعت کے ساتھ نماز کی غرض سے مسجد چلا گیا میں نے اپنے شوز جو مجھے بہت پسند تھے رکھنے کیلئے محفوظ جگہ تلاش کرکے سیڑھیوں کے نیچے رکھ دیئے جب نماز سے فارغ ہوا تو میرے شوز وہاں موجود نہیں تھے میں بہت پریشان ہوا، تب اعمال کا خیال آیا۔

اول آخر درود شریف پڑھ کر ایک تسبیح اِنَّـا لِـلّٰـہِ وَاِنَّـا اِلَیْـہِ رَاجِـعُوْنَ تین دفعہ سورۂ فاتحہ، دو رکعت نماز نفل حاجت پڑھے اور اللہ سے باتیں کیں کہ اے اللہ میں تیرے گھر میں تیری یاد کیلئے اور نماز کیلئے آیا تھا، تیرے سامنے سر جھکایا اے اللہ تو اپنے گھر میں اپنے بندے کو ننگے پاؤں واپس بھیجے گا، میں اپنے جوتے لیکر جاؤں گا اور بہت رویا، اور مسلسل دعا کرتا رہا، مسجد خالی ہوچکی تھی، کچھ دیر بعد میں دوبارہ وہیں گیا جہاں جوتے رکھے تھے تو جوتے وہاں پڑے تھے۔ مجھے نہیں معلوم کہ کون رکھ گیا لیکن میرے جوتے مجھے مل گئے۔ **(محمد عارف)**

حضرت حکیم محمد طارق محمود صاحب کا واقعہ (جوتوں پر اعمال کا تالا)

یہ واقعہ سن کر حضرت حکیم صاحب نے اپنا واقعہ سنایا کہ ایک بار ایک کالج میں میں فارماکالوجی کا وائیوا لینے کیلئے گیا میں نے لیدر کے بہت نرم جوتے پہن رکھے تھے جمعہ کا دن تھا میں جمعہ پڑھنے مسجد میں گیا 7 دفعہ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پڑھ کر رکھتے ہوئے جوتوں کو اعمال کا لاک لگایا اور جمعہ پڑھنے لگا بعد از نماز کچھ اعمال وہاں پر ہی کیے جب فارغ ہوکر دیکھا تو جوتے غائب تھے میں نے سوچا لاک تو لگایا تھا وہ میرے میزبان کہنے لگے نئے لا دیتے ہیں میں نے کہا نہیں لاک تو لگایا تھا وہ ڈھونڈنے لگے قریب ہی ایک بندہ کھڑا تھا میں نے کہا جوتے تیرے پاس ہیں اور اس کو قمیض اٹھانے کو کہا اس نے کمر بند میں پیٹ کے ساتھ لگا کر اڑسے ہوئے تھے۔ اس طرح جوتے مل گئے۔

دوسرا واقعہ: میں ٹرین میں سفر کررہا تھا گارڈ/ TT نے مجھے دیکھ کر بلایا اور خیریت دریافت کرنے لگا میں سورۂ قریش پڑھ رہا تھا اسی اثناء میں میری جیب میں کسی جیب کترے نے ہاتھ ڈال دیا میں نے اچانک اس کا ہاتھ پکڑ لیا اس نے چھڑانے کی کوششیں کی لیکن اللہ نے گرپ مضبوط کردی میں نے گارڈ سے کہا میری جیب میں کسی کا ہاتھ ہے کیونکہ رش بہت زیادہ تھا اور بندہ نظر نہیں آرہا تھا جب لوگ ہٹے تو وہ ایک بچہ تھا جسے چھوڑ دیا۔

حادثے اور نقصان سے حفاظت

☆ رات کو 12 بجے کا ٹائم بس کا فورٹ عباس، صادق آباد جاتا ہے میں حاصل پور سے بیٹھا تھا رش کافی زیادہ تھا میں نے سورۂ قریش پڑھنی شروع کی کہ کوئی جگہ مل جائے اچانک کسی نے میری جیب میں ہاتھ ڈال دیا میں نے ہاتھ پکڑ لیا۔ میں نے کنڈیکٹر سے کہا کہ میری جیب میں کسی کا ہاتھ ہے اور میں نے پکڑا ہوا ہے وہ بولا زور سے پکڑ کر رکھنا اسی جگہ پر جیبیں کٹتی ہیں آخر کار اسے پکڑ لیا اور بس رک گئی۔

کچھ دیر رکنے کے بعد بس چلی تھوڑی دیر بعد مجھے محسوس ہوا کہ کچھ ہونے والا ہے میں نے استغفار کرنا شروع کردیا تھوڑی ہی دیر بعد بس الٹ گئی اور میں بس سے باہر کھڑا تھا مجھے آج تک پتا نہیں چلا کہ میں بس سے باہر کیسے چلا گیا میں شروع ہی سے سفید کپڑے استعمال کرتا ہوں میں نے دیکھا تو وہ خون سے لال تھے لیکن پھر پتہ چلا کہ وہ کیچپ تھا نجانے کیچپ کی بوتل کہاں سے آئی اور ٹوٹ کر میرے کپڑوں پر کیچپ کیسے لگا مجھے نہیں معلوم؟

جوتے وہی رہتے ہیں

ایک شخص نے بتایا کہ میں ایک ہی سانس میں 3 مرتبہ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پڑھ کر جوتوں کو لاک کرتا ہوں اور میرے جوتے بھی وہی رہتے ہیں۔

چوہوں سے بچاؤ کا عمل

ایک صاحب کہنے لگے میں باردانے کا کام کرتا ہوں یہ ایسی کوالٹی ہے جسے چوہے بہت زیادہ کھاتے اور خراب کرتے ہیں گودام میں چوہے ہوتے بھی بہت زیادہ ہیں۔ ایک دفعہ ایک کوالٹی پر میں نے 7 مرتبہ بسم اللہ پڑھ کر دم کردی اور چلا گیا صبح آکر دیکھا تو کہیں بھی کسی چوہے نے کوئی نقصان نہ کیا تھا۔

آیت الکرسی سے حفاظت

میں حادثات سے بچنے کیلئے آیت الکرسی پڑھتا ہوں ایک دفعہ رات کو موٹرسائیکل پر فیملی ہسپتال مزنگ کے قریب جارہا تھا موٹرسائیکل 70 کی رفتار پر تھی اچانک گڑھا آنے کی وجہ سے موٹرسائیکل کھمبے میں لگتی محسوس ہوئی اور تین چار فٹ اچھل کر دوبارہ گری، موٹرسائیکل پر بیٹھا اور موٹرسائیکل گرنے کے باوجود صرف اس کا بریک لیور ہلکا سا ٹیڑھا ہوا تھا جبکہ قریب کے لوگوں نے خیال کیا کہ بندہ مرگیا ہے۔ **(محسن ورک)**

مہندی! حُسن بھی صحت بھی

کرن کریم، اسلام آباد

حضرت جہذمہ رضی اللہ عنہا روایت کرتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو گھر سے نکلتے دیکھا۔ آپ ﷺ غسل کر کے تشریف لا رہے تھے اس لیے اپنے سر کو جھاڑ رہے تھے اور آپ کے سر مبارک پر مہندی کا رنگ نظر آ رہا تھا۔

مہندی کو ہمارے طرز معاشرت میں ایک نمایاں مقام حاصل ہے۔ خوشی کے مواقع پر اس کا استعمال اکثر کیا جاتا ہے جبکہ عیدین پر خواتین اس کا بطور خصوصی اہتمام کرتی ہیں۔ شادی بیاہ کی تقریبات میں تو اسے ایک ایسی غلط رسم کی حیثیت حاصل ہو چکی ہے جس سے شادی کی تکمیل بعض حلقوں میں ہو ہی نہیں پاتی اگرچہ اس سے بے شمار برائیاں ہمارے غیر اسلامی انداز معاشرت کی وجہ سے جنم لے رہی ہیں۔

مہندی کو اگر ایک رسم محض کے علاوہ طبی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو اس کے بے شمار فوائد ہیں۔ صدیوں سے اس کا استعمال کسی نہ کسی شکل میں ضرور ہوتا رہا ہے۔ اس کی تاریخی حیثیت کے بارے میں یہاں تک معلوم ہوا ہے کہ قدیم مصری عورتیں اسے چونے کے ساتھ ملا کر استعمال کرتی تھیں۔ فراعین مصر اس کو بہت زیادہ پسند کرتے تھے چنانچہ وہ اسے ہاتھوں پیروں پر لگاتے اس سے کپڑوں کو رنگواتے۔ دیگر اجزائے لطیفہ کے ساتھ خوشبو کیلئے سلگاتے اور پھر مرنے کے بعد اس کے پتے اپنے مقبروں میں رکھواتے تھے۔ قدیم ہندو مذہب اور بدھ عقائد میں بھی اس کی بہت اہمیت رہی ہے۔ چنانچہ ہندو امراء اپنی دلہنوں کیلئے ایسے سونے کے تاج بنواتے جن پر انتہائی سلیقے کے ساتھ مہندی کے پتے ایک حاشیے کی صورت میں لگائے ہوئے ہوتے تھے۔ اسی طرح یونانیوں کے ہاں بھی مہندی اشیاء مقدسہ میں شامل تھی۔ رسالت مآب حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ سے اس بارے میں جو کلمات صادر ہوئے وہ کچھ یوں تھے: ''حنا کا خضاب لگاؤ کیونکہ یہ جوانی کو بڑھاتی ہے حُسن میں اضافہ کرتی ہے اور باہ کو بڑھاتی ہے۔''

اس فرمان کی وضاحت آپ ﷺ نے اپنے عمل سے کچھ اس طرح کی کہ ''حضرت جہذمہ رضی اللہ عنہا روایت کرتی ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو گھر سے نکلتے دیکھا۔ آپ ﷺ غسل کر کے تشریف لا رہے تھے اس لیے اپنے سر کو جھاڑ رہے تھے اور آپ کے سر مبارک پر مہندی کا رنگ نظر آ رہا تھا'' اس کے علاوہ ایک اور روایت میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ کو زندگی میں نہ تو ایسا زخم ہوا اور نہ ہی کانٹا چبھا جس پر مہندی نہ لگائی گئی ہو۔

آپ ﷺ کی تقلید میں صحابہ کرامؓ اور پھر محدثین عظام بھی اس کا استعمال کرتے رہے ہیں۔ ابن قیم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ حنا آگ سے جلے ہوئے کا بہترین علاج ہے۔ اس کا لیپ گرم پھوڑوں اور سوزشوں کو کم کرتا ہے اگر اسے گلاب کے تیل میں ملا کر اور موم شامل کر کے پہلو اور کمر درد کیلئے مقامی طور پر استعمال کیا جائے تو درد جاتا رہتا ہے۔

عبداللطیف بغدادی کہتے ہیں کہ اس کا رنگ اور خوشبو محرک اعصاب ہے۔ اس کے لگانے سے اعصاب کو تحریک ہوتی ہے اور ناخنوں کا پھٹنا ٹھیک ہو جاتا ہے۔

اطبائے قدیم کے مشاہدات: شروع ہی سے اطبائے قدیم کے ہاں مہندی کا استعمال چلا آ رہا ہے چنانچہ جالینوس نے مہندی کے پیروں پر لیپ سے مریض کی آنکھیں بچانے کا نسخہ بیان کیا ہے۔ ابن زہر نے جلے ہوئے زخموں اور ٹیڑھے ناخنوں کا علاج مہندی سے کیا۔ حکیم اجمل نے کثرت حیض کی اس مریضہ کو جس کا خون مہینہ بھر جاری رہتا تھا مہندی اور پکھان بید پیس کر اس کی ہتھیلیوں پر ضماد لگایا تو تھوڑے ہی عرصہ میں خون بند ہو گیا۔ اس کے علاوہ حکیم کبیر الدین نے مہندی کو مصفی خون قرار دیا ہے اور پھر ابتدائی جذام میں مفید پایا ہے۔

جدید تحقیقات: جدید تحقیقات سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مہندی کے پتوں میں 12 سے 15 فیصد رنگ پایا جاتا ہے۔ اس کے پتے دافع تعفن و بدبو ہیں۔ اگر ان پتوں کو یا پھولوں کو تکیے میں بھر کر بے خوابی کے مریض کے سر کے نیچے رکھا جائے تو نیند کی مقدار میں اضافہ ہو جاتا ہے اور نیند گہری اور پُرسکون ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ اس میں ایک گوند پائی جاتی ہے جو ایتھر اور الکحل میں حل پذیر ہے۔ اس کے بیج بھی پتوں کی مانند دافع تعفن ہیں۔ ایسا درد جو حرارت کی زیادتی کی وجہ سے ہو وہ مہندی کے پھول سونگھنے سے جاتا رہتا ہے۔ اس کے پتوں کا خیساندہ صبح نہار منہ شکر ملا کر پینا یرقان میں مفید ہے اور تلی کے بڑھنے کو روکتا ہے۔ پیروں میں درد کی شکایت اکثر مہندی لگانے سے ختم ہو جاتی ہے۔ اس کے علاوہ مہندی قوت باہ میں اضافہ کرتی ہے۔ اعصاب کو تحریک دیتی اور زخموں کو خشک کرتی ہے۔ پیروں پر لگانے سے جلد نرم ہوتی اور اگر ناخن پر چوٹ لگنے کے بعد وہاں پر سیاہ خون جم جائے اور ناخن سیاہ ہو جائے تو اس کے لگانے سے ناخن صاف، چمکدار اور خوشنما ہو جاتے ہیں۔

خزانہ غیب حاصل کرنے کیلئے

اگر کسی معاملے کو دریافت کرنا چاہے تو اس کو چاہئے بارہ روز تک بارہ ہزار مرتبہ اَللّٰہُ الصَّمَدُ پڑھے سب بھید ظاہر ہو جائے

آپس میں محبت کیلئے

☆ صبح کو تین مرتبہ اول و آخر درود ابراہیمی پڑھ کر تیرہ مرتبہ سورۃ الم نشرح اور سورۃ نصر پانی میں دم کر کے پلائیں۔ سورۃ محمد کی تلاوت کا کثرت سے اہتمام فرمائیں اس سے آپس میں محبت اور برکت پیدا ہو گی۔

بھاگا لوٹ آئے گا

☆ وَلِكُلٍّ وِّجْهَةٌ هُوَ مُوَلِّيْهَا فَاسْتَبِقُوا الْخَيْرٰتِ اَيْنَ مَا تَكُوْنُوْا يَاْتِ بِكُمُ اللّٰهُ جَمِيْعًا اِنَّ اللّٰهَ عَلٰى كُلِّ شَىْءٍ قَدِيْرٌ ۔ (سورۃ البقرہ آیت نمبر 148 پارہ نمبر 2)

اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ یہ درود شریف پڑھا جائے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ سَيِّدِ الْاَبْرَارِ فَاتِحِ الْاَسْرَارِ وَ بَارِکْ وَ سَلِّمْ ۔

پھر 7141 مرتبہ آیت مذکورہ پڑھے ختم کے بعد فوراً سوا سیر شیرینی نابالغ بچوں میں تقسیم کی جائے اور ختم پڑھنے والا دو رکعت نفل پڑھ کر غائب شخص کے آجانے کی دعا کرے انشاء اللہ تین روز میں مقصود حاصل ہو گا۔

نوٹ: اگر ایک شخص ختم پڑھے تو بہتر ہے ورنہ تین آدمی پڑھیں اس سے زیادہ نہ پڑھیں۔

معاملہ کی چھان بین کیلئے

اگر کسی معاملے کو دریافت کرنا چاہے تو اس کو چاہئے بارہ روز تک بارہ ہزار مرتبہ اَللّٰہُ الصَّمَدُ پڑھے سب بھید ظاہر ہو جائے۔

خزانہ غیب حاصل ہو گا

جو کوئی چاہے کہ کوئی خزانہ غیب سے پائے یا معلوم ہو تو 6 دن صبح و شام چھ ہزار چھ سو چھیاسٹھ مرتبہ اَللّٰہُ الصَّمَدُ پڑھے خزانہ خود بخود معلوم ہو جائے گا یا کوئی بزرگ آ کر خواب میں اطلاع دے گا۔ **(صفحہ نمبر 370)**

بحوالہ ''مجھے شفاء کیسے ملی'' لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں، لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

اپنی اصلاح کیجئے

حکیم رشید احمد قصور

اللہ کریم آپ سے کسی قسم کی مشقت نہیں چاہتے۔ وہ فرماتے ہیں: ترجمہ ''کھاؤ' پیو مگر پاکیزہ چیزیں اور بے جا خرچہ نہ کرو۔'' کیا ہم نے کبھی غور کیا ہے کہ اللہ کریم کے حکم پر عمل کرتے ہیں یا نہیں؟ آؤ اللہ کریم کے احکام کی تابعداری کر کے دنیا بھی کمائیں اور ساتھ ہی آخرت کی فکر کریں

آج کل کے دور میں ہر شخص بیمار ہے ورنہ 95 فیصدی تو لازمی بیمار ہیں' کوئی ذہنی مریض کوئی اعصابی مریض اور کوئی گھریلو حالات سے متاثر ہے۔ کوئی کاروباری حالات میں شدید دباؤ کا شکار ہے۔ کوئی نقصان کے صدمے سے بے حال' کوئی گھریلو ضروریات اور اولاد کی زیادتی سے پریشان ہے۔ کوئی اولاد نہ ہونے کی وجہ سے پریشان ہے' یعنی ہر شخص ڈیپریشن کا شکار ہے۔ سوچ بچار کا شکار ہے اور اسی غم و سوچ و بچار کی وجہ سے ذہنی بیماریوں یعنی بلڈ پریشر کی زیادتی یا کمی کا شکار ہے۔ ان حالات میں کبھی آپ نے سوچا ہے کہ ایسا کیوں ہو رہا ہے؟؟؟ اور ہم کیوں دن بدن اپنے غموں اور پریشانیوں میں غرق ہوتے جا رہے ہیں اور اس کا کیا علاج ہے......؟ میرے بھائیو! یہ سب اللہ سے دوری کا نتیجہ ہے۔ ہم نے اللہ تعالیٰ سے روحانی رشتہ توڑ رکھا ہے دنیا کو مقدم اور آخرت کو مؤخر کر دیا ہے۔ کبھی آپ نے سوچا ہے کہ آپ کا محافظ کون ہے؟ محافظ وہ کریم و رحیم ذات ہے جس کو آپ اللہ کریم کے نام سے پکارتے ہیں' وہ اتنا مہربان ہے کہ آپ اس کا تصور بھی نہیں کر سکتے۔

کیا آپ نے کبھی سوچا ہے کہ جو مالک اتنا کریم ہے اس کا ہم شکر ادا نہ کریں جبکہ دنیا میں کوئی شخص دوسرے کے ساتھ کوئی نیکی کر دے کوئی سلوک اچھا کر دے تو وہ زندگی بھر اس کا احسان مند ہوتا ہے۔ جہاں ملے اس کو احسان مندی سے ملتا ہے اور کبھی کبھی گھر والوں اور دیگر دوستوں کو متعارف کراتا ہے کہ فلاں بن فلاں نے میرے ساتھ سلوک کیا تھا۔ میں اس کا شکر گزار ہوں اس کا احسان مند ہوں۔ اس کے برعکس جو مالک و خالق جو تمام جہانوں کو پیدا کرنے والا مہربان کریم رحمٰن الرحیم ہے جو ہمیں ہر وقت موسم کے مطابق ہر قسم کے عمدہ پھل' میوہ جات سبزیاں و دیگر خوراک ان گنت انعامات دے رہا ہے اور ہم ان کو کھاتے پیتے ہیں۔ رہنے کیلئے گھاس پھونس کی جھونپڑیوں' جھگیوں اور کچے مکانات جن کے دروازے نہیں ہیں اور پھر وہ ہماری حفاظت فرماتا ہے اور بلاؤں سے محفوظ رکھتا ہے۔ کبھی ہم نے سوچا یا کبھی غور کیا ہے کہ اتنے انعامات دینے والا جو مہربان ہے وہ ہم سے کیا صلہ چاہتا ہے؟ نہیں! نہیں! میرے عزیزو! میرے بزرگو! میرے بھائیو! وہ تو صرف یہی چاہتا ہے کہ ہم اس کے شکر گزار بندے بن جائیں۔ اللہ کریم آپ سے کسی قسم کی مشقت نہیں چاہتے۔ وہ فرماتے ہیں: ترجمہ ''کھاؤ' پیو مگر پاکیزہ چیزیں اور بے جا خرچہ نہ کرو۔'' کیا ہم نے کبھی غور کیا ہے کہ اللہ کریم کے حکم پر عمل کرتے ہیں یا نہیں؟ آؤ اللہ کریم کے احکام کی تابعداری کر کے دنیا بھی کمائیں اور ساتھ ہی آخرت کی فکر کریں۔ کاروبار کرتے ہوئے حکم خداوندی کو یاد رکھیں گے تو ثواب ملے گا اور کام میں برکت ہو گی۔

آپ صرف ایک کلمہ کو پختہ کر لیں پھر دیکھیں کتنا فائدہ ہوتا ہے۔ یعنی بسم اللہ الرحمٰن الرحیم ہر کام کرتے وقت بسم اللہ پڑھیں۔ کھانا پینا' گھر کے اندر آنا' باہر جانا دیگر قدم قدم پر کلمہ کا ورد کرنا ہر قسم کی تکالیف پریشانیوں اور دشمنوں کی دشمنی ہر قسم کی اندرونی بیرونی سازشوں سے محفوظ رکھتا ہے۔ اس ورد سے آپ کو جو فائدہ ہو گا اس کو آپ کی آنکھیں نہیں دیکھ سکتیں اور نا ہی سمجھ سکتی ہیں۔ اللہ کریم نے کروڑ ہا بلکہ اربوں کھربوں فرشتے پیدا کیے ہیں جو مخلوق کی حفاظت کرتے ہیں۔ اللہ کے ہاں رکوع و سجود میں مصروف ہیں۔ اللہ کریم قرآن مجید میں یوں فرماتے ہیں ''کہ ہم نے پیدا کیا انسانوں اور جنوں کو تاکہ وہ میری عبادت کریں اور میرا شکر ادا کریں میری ان نعمتوں کا جو میں ان کو عطا کرتا ہوں'' کیا ہم نے کبھی سوچا ہے کہ مالک کائنات جو اپنی ان گنت نعمتوں سے نوازتے ہیں اس کی جناب میں سر کو جھکا کر اپنی عاجزی کا اقرار کریں کہ ہم بے بس اور کمزور اور ناتواں ہیں۔ ہمارے جسم میں ایک روح ہے جو ایک ہوا کی طرح ہے جس کو عام الفاظ میں یہ کہہ دیتے ہیں کہ اس کی روح نکل گئی ہے۔

ایک نایاب نسخہ

گھر پسے ہوئے آٹے کا چھان محفوظ رکھیں' قدرت نے اس میں وہ طاقت بخشی ہے کہ شاید کسی اور میں نہ ہو' چائے کی جگہ اسے ڈال کر چائے بنا کر پینے والا کبھی نامرد نہ ہو گا' قوت باہ کے لیے یہ اکسیری ٹوٹکہ ہے۔ علامہ مشرقی نے اس کی تعریف فرمائی اور یہ بھی فرمایا کہ نہ جانے اس میں اور کیا کیا قوتیں پنہاں ہیں جو انسان کیلئے یقینی طور پر مفید ہے۔ **(بابا عبدالکریم گجراتی)**

عبقری ٹرسٹ کی خدمت کا صلہ

محمد غفران' لاہور

عبقری نے ہر آفت' مصیبت اور ناگہانی میں لوگوں کی بھرپور پوشیدہ خدمت کی مزید شب و روز ایسے لوگوں کی خدمت میں مصروف ہے

دنیاوی اعتبار سے اللہ کریم نے مجھے نعمتوں سے نوازا ہے کوشش کرتا ہوں کہ اللہ کے دیئے ہوئے احکام کے مطابق اپنا مال خرچ کروں۔ لیکن آج کے مادی دور میں حق و باطل کی پہچان مشکل ہو گئی ہے لہٰذا مجھے اپنی زکوٰۃ اور صدقہ دیتے ہوئے بہت پریشانی ہوتی تھی کیونکہ صحیح حقدار کی پہچان کرنا بہت مشکل ہے اور مجھ جیسے کاروباری فرد کیلئے وقت نکالنا اور تحقیق کرنا ناممکن تھا۔ بہت سے اداروں کو زکوٰۃ دیتا تھا لیکن دل مطمئن نہ ہوتا تھا جب سے عبقری پڑھنے کو ملا تو اعتماد اور اعتبار بڑھتا گیا۔ عبقری کی دی ہوئی دین کی زندگی اور آخرت کا پیغام دل و جاں کو معطر کرتا گیا۔ لیکن اس بار احتیاط کے پیش نظر میں نے کچھ تحقیق مناسب سمجھی دوسرے الفاظ میں عبقری ٹرسٹ کو آزمانے کا سوچا...... میں عبقری کے دفتر حاضر ہوا اور رقم پیش کی...... ذمہ دار افراد نے پوچھا صدقہ ہے یا زکوٰۃ؟ میں نے دانستہ کہا ''جہاں مرضی ڈال دیں'' انہوں نے رقم لینے سے انکار کر دیا کہ پہلے فیصلہ کریں تاکہ ہم اُسی مد میں خرچ کریں۔ کسی جگہ ایسی تحقیق نہیں دیکھی تھی' دل کو سکون ہوا' میں نے سوال کیا ''آپ رسالے میں عبقری ٹرسٹ کیلئے اکاؤنٹ نمبر کیوں نہیں لکھتے؟'' وہ کہنے لگے ''ہمیں کیسے معلوم ہو گا رقم جمع کروانے والے نے زکوٰۃ بھیجی ہے یا صدقہ؟ ہم حقدار کی مکمل تحقیق کے بعد اُس تک امانت پہنچاتے ہیں۔'' مزید تسلی ہوئی۔ انہی دنوں سیلاب زدگان کیلئے عبقری ٹرسٹ کی کوششوں کو قریب سے دیکھا پھر میں نے اللہ سے دعا کی کہ الٰہی جو میرے بس میں تھا میں نے تحقیق کی اگر یہ لوگ سچے ہیں تو مجھے دنیا و آخرت میں اس کا صلہ دے۔ آپ یقین جانیے! میرے رب نے اس سال مجھے اتنا نوازا اور ایسی رزق میں برکت دی کہ گمان نہیں تھا۔ دل میں بار بار خیال آتا کہ حقداروں تک ان کی امانت پہنچ گئی ہے اور ان کی دعائیں مل رہی ہیں۔ پچھلے سال کی بنسبت اس بار کئی گنا زیادہ زکوٰۃ نکال رہا ہوں' اس یقین کے ساتھ کہ میری دی ہوئی رقم صحیح جگہ خرچ ہو گی۔ امید کرتا ہوں یہ تحریر ایسے لوگوں کیلئے رہنما ثابت ہو گی جو کسی مستحق تک اپنی امداد کسی بھی شکل میں پہنچانا چاہتے ہیں۔

ڈاکٹر فیصل کریم' جھنگ

آپ کی کرسی ہی آپ کا ڈاکٹر

چھوٹے قد والے افراد کی کرسیوں میں ایسی پٹی لگی ہونی چاہیے جس پر وہ اپنے پیر ٹیک سکیں۔ اس طرح اونچا ہو کر بیٹھنے سے انہیں تکلیف نہیں ہوگی۔ دوسری صورت یہ ہے کہ کوئی خالی ڈبا وغیرہ نیچے رکھ کر اس پر پیر اچھی طرح جمائے جاسکیں۔

دفتری ورزشوں کیلئے آپ کی کرسی کی بڑی اہمیت ہے' عہدے کے لحاظ سے نہیں بلکہ آپ کے درست انداز میں نشست کے اعتبار سے۔ دفتر میں آپ آٹھ سے نو گھنٹے اسی پر جم کر کام کرتے ہیں اب اسے ورزشی مقصد کیلئے بھی استعمال کرنا ہے۔ آپ کا کرسی پر ٹھیک اور درست انداز میں بیٹھنا بہت ضروری ہے۔ بات دراصل یہ ہے کہ ہر شخص کے کھڑے اور بیٹھنے کے انداز کی بڑی اہمیت ہوتی ہے۔ یہ انداز انگریزی میں پوسچر کہلاتا ہے۔ اس کا درست ہونا بہت ضروری ہے۔ یہ درست نہ ہو تو آپ نہ صرف تھکتے ہیں بلکہ خود کو صحت مند بھی محسوس نہیں کرتے' کیونکہ پوسچر درست نہ ہو تو اس سے آپ کے عضلات پر بھی غیر ضروری بوجھ پڑتا ہے اور انہیں زیادہ کام بھی کرنا پڑتا ہے۔ اس سے ہڈیوں پر بھی بوجھ پڑتا ہے اور جوڑوں کے بندھن بھی متاثر ہوتے ہیں۔ پوسچر درست نہ ہو تو سانس بھی ٹھیک طور پر نہیں لیا جاسکتا۔ اس سے خون کے دوران میں بھی رکاوٹ پیدا ہوتی ہے اور ہاضمے پر بھی اچھا اثر نہیں پڑتا' اس لیے یہ بہت ضروری ہے کہ آپ ٹھیک طور پر بیٹھیں۔ اس کیلئے آپ کو اپنی کرسی' میز کی سطح اور روشنی کا بھی جائزہ لینا ہوگا۔ ان سب کا جائزہ لے کر اندازہ لگایئے کہ کرسی پر ٹھیک بیٹھنے میں آپ کو کہاں مشکل پیش آرہی ہے۔

کرسی: کرسیاں کئی قسم کی ہوتی ہیں لیکن یہ دیکھنا بہت ضروری ہوتا ہے کہ دفتری کام کیلئے کون سی کرسی آپ کیلئے مناسب ہوگی۔ اچھی کرسی کا مطالبہ آپ کر نہیں سکتے کیونکہ آفس کی انتظامیہ تو بالعموم سب کیلئے ایک ہی قسم کی کرسیاں خریدتی ہے لیکن آپ اپنی کرسی کو اپنے لیے موزوں بنا سکتے ہیں۔

آپ کی کرسی ٹوٹی ہوئی ہو' اس کی چولیں ڈھیلی پڑ گئی ہوں تو انتظامیہ سے کہہ کر اسے ٹھیک کرایئے' مثلاً بید کی کرسیوں کی جالی کے ٹوٹنے سے بڑی زحمت ہوتی ہے۔

اچھے اداروں میں مناسب طور پر اونچی نیچی کی جانے والی کرسیاں فراہم کی جاتی ہیں۔ بہت نیچی کرسی پر بیٹھ کر بھی کام کیا جاسکتا ہے۔ لیکن کام کے دوران اس سے اٹھنے اور بیٹھنے کی وجہ سے ریڑھ پر غیر ضروری بوجھ پڑتا ہے۔ آفس والے مناسب کرسی فراہم کرنے سے قاصر ہوں تو آپ خود کش یا بید کی بنی ہوئی ہوا دار گدی خرید کر اسے آرام دہ بنا سکتے ہیں۔

ہمارے دفتر میں ایک ٹائپسٹ نے اپنے کندھوں اور گردن میں درد کی شکایت کی بلکہ انہوں نے معالج سے درد کی دوائیں بھی لے کر استعمال کیں۔ ایک صاحب نے یہ شکایت سن کر ان کی کرسی دیکھی جو پیچ دار تھی' یعنی اسکرو والی جسے اوپر نیچے کرنا آسان تھا۔ انہوں نے اسے کوئی ایک انچ اونچا کرنے کو کہا۔ اس تبدیلی کے بعد ٹائپسٹ کی درد کی شکایت دور ہوگئی۔ اس سلسلے میں یہ خیال بھی رکھنا ضروری ہے کہ کرسی اتنی اونچی بھی نہ ہو جائے کہ پیر زمین پر ٹکنے کے بجائے لٹکتے رہیں۔

چھوٹے قد والے افراد کی کرسیوں میں ایسی پٹی لگی ہونی چاہیے جس پر وہ اپنے پیر ٹیک سکیں۔ اس طرح اونچا ہو کر بیٹھنے سے انہیں تکلیف نہیں ہوگی۔ دوسری صورت یہ ہے کہ کوئی خالی ڈبا وغیرہ نیچے رکھ کر اس پر پیر اچھی طرح جمائے جاسکیں۔

لمبی ٹانگوں والے افراد اپنی ٹانگیں اکثر اوقات کرسی کے پایوں کے اطراف لپٹا لیتے ہیں۔ یہ انداز بھی غلط ہے۔ اس طرح ٹانگوں میں دوران خون متاثر ہوتا ہے۔ دراز قد افراد کیلئے میز کی سطح بہت نیچی ہو جاتی ہے اس کیلئے میز کا مناسب سطح پر لانا ضروری ہوتا ہے۔ اسی طرح دفتری کام کیلئے بغیر ہتھے کی کرسیاں زیادہ مناسب ہوتی ہیں۔ ہتھے کی صورت میں آپ اپنی کہنی اور بازو ہتھے پر ٹیکتے ہیں جس کی وجہ سے کندھے اور گردن پر بوجھ پڑتا ہے۔ بغیر ہتھے کی کرسی استعمال کرنے کی صورت میں کام نہ کرنے کے دوران آپ اپنے ہاتھ اپنی گود میں رکھ کر زیادہ آرام محسوس کرتے ہیں۔

آپ کی میز: لکھنے پڑھنے کیلئے میز کی سطح کا درست ہونا بھی بہت ضروری ہے۔ میز کا اونچا نیچا کرنا تو ممکن نہیں ہوتا البتہ کرسی اونچی نیچی کی جاسکتی ہے۔ میز کی سطح ایسی ہونی چاہیے کہ آپ کے کندھوں پر بار نہ پڑے یعنی وہ زیادہ اٹھے ہوئے نہ ہوں۔ اس کے بعد یہ دیکھنا بھی بہت ضروری ہے کہ کام یا کاغذ کی سطح سے آپ کی نظر کا فاصلہ بھی ٹھیک رہے یعنی یہ اتنی اونچی ہو کہ آنکھوں پر بار پڑے اور نہ اتنی نیچی کہ آپ کو سر بہت زیادہ نیچے جھکانا پڑے۔ اس مقصد کیلئے ایسا رائٹنگ پیڈ استعمال کرنا مناسب ہوتا ہے جو پیچھے سے بلند اور سامنے کی طرف سے نیچا ہو جیسے سکول ڈیسک' شفاف پلاسٹک سے ایسا پیڈ بنوایا جاسکتا ہے۔ اس طرح آپ کو نیچے رکھے کاغذات بھی نظر آتے رہیں گے۔ آرٹسٹ اور نقشہ ساز ایسا پیڈ استعمال کرتے ہیں۔ بہ ظاہر یہ آپ کے آفس کی ذمہ داری ہے لیکن ہمارے ہاں اس کی توقع رکھنا مناسب نہیں۔ چونکہ آپ کو روزانہ طویل گھنٹوں تک کام کرنا ہوتا ہے اس لیے اپنی صحت کیلئے خود ہی تھوڑے پیسے خرچ کر کے ایسے ڈھلواں پیڈ کا بنوانا اپنے مفاد میں ہوگا۔

اسی طرح کمپیوٹر وغیرہ پر کام کیلئے یہ بھی ضروری ہے کہ جو صفحات آپ کمپوز کر رہے ہوں وہ کاپی ہولڈر پر لگے ہوں تاکہ آپ گردن بار بار گھمائے بغیر تحریر کو دیکھیں۔ اسی طرح کاپی ہولڈر بھی اس طرح رکھنا چاہیے کہ گردن کو اونچا اور نیچا کرنے کی ضرورت نہ رہے۔ اس طرح آپ کی آنکھوں پر بھی غیر ضروری بوجھ نہیں پڑے گا۔

روشنی: اکثر دفاتر میں ٹیوب لائٹس ہوتی ہیں بعض افراد کیلئے روشنی کم رہتی ہے جس سے انہیں الجھن ہوتی ہے۔ ضروری ہو تو مناسب ٹیبل لیمپ استعمال کیا جائے تاکہ کاغذ کی سطح اور آپ کی تحریر اچھی طرح نظر آئے۔

بیٹھنے کا درست انداز: درست انداز یہ ہے کہ آپ اپنی نشست پر اس طرح بیٹھے ہوں کہ آپ کی ریڑھ کی ہڈی یعنی پشت بالکل سیدھی ہو اور آپ کے بالائی جسم کا بوجھ آپ کی پیڑو کی ہڈی پر پڑے۔

یہ انداز آرام دہ ہوتا ہے۔ ترچھا' ٹیڑھا بیٹھنے یا پیٹھ جھکا کر کام کرنے سے آپ جلد تھکتے ہیں اور درد بھی محسوس کرتے ہیں۔ اس طرح ریڑھ کے منکوں پر غیر ضروری بوجھ نہیں پڑے گا۔ اکثر لوگ غلط انداز سے بیٹھتے ہیں جن سے ان کی کمر اور ریڑھ کی ہڈیوں پر بوجھ پڑتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ گھر لوٹ کر ایسے افراد کمر میں درد محسوس کرتے ہیں اور اسے کام کی زیادتی کا نتیجہ قرار دیتے ہیں۔ غلط انداز میں بیٹھنے کی وجہ سے پھیپھڑوں میں ہوا کی آمد و رفت بھی متاثر ہوتی ہے۔ ہوا کی کمی خون میں آکسیجن کی کمی اور دماغی تھکن کا سبب بنتی ہے۔

بہرہ پن دور کیجئے

ایک ماشہ نوشادر لیں اسے پانی میں حل کر کے مائع کو کان میں حسب ضرورت ڈالیں کان کا بہرہ پن کچھ ہی عرصے کے مسلسل استعمال سے ختم ہو جائیگا۔ **(حکیم مرزا منور بیگ)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 24

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

شاہ صاحب کے خادم نے اسے سلام کیا انہوں نے سلام کا جواب دیا۔ جواب دینے کے بعد اس خادم نے پوچھا آپ کون ہیں؟ وہ کہنے لگے نہ ہم انسان ہیں اور نہ جنات ہیں' نہ فرشتے ہیں۔ ہم کوئی اور مخلوق ہیں اور پھر اس نے پڑھا الحمدللہ رب العالمین کہ اللہ ایک عالم کا نہیں عالمین کا رب ہے۔ یہ کوئی اور عالم ہے اس عالم کو تم نہیں جانتے۔ جاؤ تم نے قدرت کے مناظر و مظاہر دیکھنے کی تمنا کی تھی وہ تم نے دیکھ لیے اس سے آگے مت جاؤ' یہ تم نے دیکھ لیا کہ اور عالم بھی ہیں بس یہیں سے واپس مُڑ جاؤ۔ وہ خادم یہیں سے واپس ہوئے۔ واپس سفر کرتے کرتے شیخ کی خدمت میں پہنچے' حیران و پریشان تھے کہ یہ میں نے کیا دیکھ لیا۔ شیخ سے جا کر عرض کی۔ شیخ نے فوراً فرمایا الحمدللہ رب العالمین۔ اللہ عالمین کے رب ہیں عالم کے نہیں اور پھر فرمایا میری زندگی تک یہ بات کسی کو مت بتانا۔

ایک دفعہ صحابی بابا کے ساتھ میں نے ایسے ہی ایک عالم کی سیر کی کیا تھا؟ کیسے تھا؟ کس طرح تھا؟ میرے پاس نہ الفاظ ہیں' نہ واقعات ہیں' سوائے کیفیات کے۔ وہ کیفیات میں لفظوں میں ادا نہیں کر سکتا۔ آپ اسے دھوکہ سمجھیں یا فریب۔ کوئی کچھ سمجھے' کوئی کچھ۔

ہاں مجھے اتنا ضرور علم ہے کہ ہر شخص اپنے برتن کے بقدر میری ان باتوں کا مطلب لے گا۔ جو باتیں میں آپ تک پہنچاتا ہوں اور آج جو باتیں پہنچا رہا ہوں وہ بات سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص کے متعلق ہے کہ سورۂ اخلاص پڑھنے والا کوئی بھی شخص آج تک ایسا نہیں ملا جس کو ملکوتی اور لاہوتی لباس نہ ملا ہو۔ پڑھنا شرط ہے اور بہت زیادہ پڑھنا شرط ہے اور نیکی کو کرنا اور گناہ سے بچنا لازم ہے۔ ورنہ نفع نہ ہوگا۔ سورۂ اخلاص کا ایک عمل دیتا ہوں دو رکعت نماز نفل پڑھیں اس کی ہر رکعت میں 101 بار سورۂ اخلاص پڑھیں دوران نفل ہاتھ میں تسبیح لے سکتے ہیں لیکن تسبیح صرف نوافل کیلئے ہے فرائض کیلئے نہیں۔ دو نفل پڑھنے کے بعد سجدے میں گر کے گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سجدے سے اٹھ کے گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں' پھر سجدے میں گر کے گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں' پھر سجدے سے اٹھ کے گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھیں۔ اسی طرح گیارہ سجدے کرنے ہیں اور ہر سجدے میں گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھنی ہے اور اٹھ کر بھی گیارہ دفعہ سورۂ اخلاص پڑھنی ہے۔ اس کے بعد گیارہ دفعہ کوئی سا بھی استغفار پڑھنا ہے اس کے بعد گیارہ دفعہ درود ابراہیمی پڑھنا ہے اور گیارہ منٹ کم از کم انتہائی زاری کے ساتھ اپنے مقصد کیلئے دعا کرنی ہے۔

کوئی مقصد بھی ہو' دنیاوی ہو یا اخروی' آسمانی ہو یا زمینی' فرد سے ہو یا افراد سے' ظالم سے ہو یا کافر سے' حاکم سے ہو یا محکوم سے' آقا سے ہو یا غلام سے' گھریلو ہو یا کاروباری ہو' دفتر کا ہو یا زمین کا' یعنی کسی بھی قسم کا مسئلہ ہو' اگر روزانہ کسی بھی وقت اس عمل کو کریں' گھر کے سارے افراد یا گھر کا کوئی ایک فرد اور اگر کوئی صبح و شام کر سکتا ہو تو بہت ہی بہترین ہے اس سے بڑا کوئی مشکل کشائی کا عمل میں نے کہیں کسی کائنات میں نہیں پایا۔ یہ صحابی بابا کا خاص ہدیہ ہے۔

یہ بہت عرصہ قبل مجھے خاص ہدیہ ملا جو کہ میں اب آپ کی نذر کرتا ہوں۔ ایک شخص کو میں نے یہ چیز بتائی' اس شخص کی ٹانگ گنگرین کی وجہ سے ران تک کٹنے کے قابل ہوگئی تھی' اُس نے بیٹھے بیٹھے اشارے سے یہ نفل پڑھے اور پڑھتا رہا اور مسلسل پڑھتا رہا۔ اس کی اہلیہ نے بھی پڑھے۔ قارئین شاید آپ یقین کریں نہ کریں صرف اکیس دن کے بعد اس کے زخم کی کیفیت بدل گئی اور اس کا زخم بھرنے لگا' اور بہت تھوڑے عرصے کے بعد اس کے کھرنڈ بن گئے اور سوفیصد صحت یاب ہوگیا۔ اُس شخص نے بیان کیا میں اب تک اس عمل کو جو گن سکا تو تقریباً 23 لوگ ہیں اور جو نہ گن سکا وہ تو بے شمار ہیں اور جس جس کو بھی دیا اس کو سوفیصد فائدہ ہوا' سوفیصد نفع ہوا۔

اس طرح کا ایک واقعہ اور ہوا ایک صاحب کا بیرون ملک کا ویزہ نہیں لگ رہا تھا' غریب تھے اور میں غریب سے محبت کرتا ہوں اور غریب کا کام کرتے ہوئے خوشی محسوس کرتا ہوں اور امیر سے محبت کرتا ہوں لیکن بحیثیت مسلمان کے۔ لیکن غریب سے محبت اور غریب کے ساتھ اٹھنے بیٹھنے سے مجھے دلی طمانیت اور خوشی محسوس ہوتی ہے۔

ایک غریب آدمی کا جوان بیٹا میرے پاس آیا اور کہنے لگا کہ مجھے بیرون ملک جانا ہے' کاغذات مکمل ہوتے ہوتے رک جاتے ہیں' کام بنتے بنتے رہ جاتے ہیں' کوئی نہ کوئی رکاوٹ آ ہی جاتی ہے۔ میں نے یہی نفل بتائے اور یہ بات بھی بتائی کہ جلدی بھی نہ کرنا اور بے توجہی سے بھی نہ پڑھنا۔ انشاء اللہ تمہیں اس کا سوفیصد صلہ ملے گا۔ تھا تو مایوس' لیکن پرعزم تھا' اس نے پڑھنا شروع کیا' پڑھتا ہی گیا...... پڑھتا ہی گیا...... **(جاری ہے)**

سمندر کی جھاگ کے برابر گناہ بخش دیئے جائینگے

حضرت عمار بن یاسرؓ کے صاحبزادے محمد بن عمارؓ سے روایت ہے کہ میں نے اپنے والد ماجد عمار بن یاسرؓ کو دیکھا کہ وہ مغرب کے بعد 6 رکعت پڑھتے تھے اور بیان فرماتے تھے کہ میں نے اپنے حبیب حضرت محمد ﷺ کو دیکھا کہ آپ مغرب کے بعد چھ رکعتیں پڑھتے تھے اور فرماتے تھے کہ جو بندہ مغرب کے بعد چھ رکعتیں پڑھے اس کے گناہ بخش دیئے جائیں گے اگرچہ وہ سمندر کی جھاگ کے برابر ہوں۔ **(میمونہ یوسف' لاہور)**

شادی کیلئے انتہائی آزمودہ وظیفہ

رمضان شریف کی گیارہویں اور بارہویں روزے کی درمیانی رات کو بعد نماز عشاء دو دو رکعت کر کے 12 نفل اس طرح پڑھیں کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک بار سورۂ اخلاص پڑھیں۔ 12 نفل پڑھ کر 100 مرتبہ درود شریف پڑھیں۔ پھر تمام نفل اور درود شریف کا ثواب حضور پاک ﷺ کو پہنچائیں اور پھر حضور پاک ﷺ کے وسیلے سے اللہ تعالیٰ کے حضور گڑگڑا کر خلوص دل' انکساری' عاجزی سے کم از کم 15 منٹ اپنے لیے یا اپنی بہن' بیٹی کیلئے اچھے رشتے کی دعا کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اگلے رمضان سے پہلے مراد پوری ہوگی۔ یہ نہایت ہی آزمودہ اور آزمایا ہوا وظیفہ ہے۔ میں نے جس کو بھی بتایا اس نے اپنے رب کا شکر ادا کیا۔ میں نے پچھلے رمضان المبارک میں اپنی بیٹی کیلئے یہ وظیفہ پڑھا تھا اللہ کے فضل سے اس سال رشتہ بھی طے ہوگیا اور عید کے بعد اُس کی شادی ہے۔ آپ یقین جانیے اس وظیفے کے پڑھنے کی بدولت بڑی عمر کی لڑکیاں جو اپنی شادی سے ناامید ہوگئی تھیں اللہ کے فضل سے ان کی بھی شادی ہوگئی ہے اور اپنے گھروں میں خوش و آباد ہیں۔ **(مسز محمد حسن اعجاز' کراچی)**

پروفیسر سعید' اسلام آباد

رمضان کی غذائیت بھری غذائیں

حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ دودھ تمام غذاؤں کا شہنشاہ ہے۔ جدید تحقیقات نے بھی دودھ کو ایک مکمل غذا قرار دیا ہے۔ ایک کلو دودھ اپنی غذائی افادیت کے لحاظ سے ایک کلو گوشت کے برابر ہے۔ دودھ ہر عمر کے لوگوں کیلئے یکساں مفید غذا ہے

روزہ اسلام کے بنیادی ارکان میں سے ایک ہے اور ہر مسلمان پر فرض ہے۔ قرآن مجید نے روزہ کا مقصد تقویٰ بیان کیا ہے۔ اسلام دین فطرت ہے اور فطرت کا ہر عمل انسان کی فلاح کیلئے ہے۔ روزہ کا دینی پہلو اپنی جگہ مسلمہ مگر فطری دین ہونے کے ناطے اس کے طبی فوائد بھی ہیں۔ روزہ فاقہ نہیں ہے' رمضان المبارک میں بہترین غذائی اور شفائی خصوصیات کی حامل درجہ ذیل غذائیں ہیں۔

کھجور: کھجور رسول ﷺ کی محبوب غذا ہے' کھجور سے افطار سنت نبوی ہے۔ کھجور غذائیت خصوصاً حیاتین سے بھرپور پھل ہے اور جلد ہی جزوبدن بن جاتا ہے۔ اس طرح دن بھر کے وقفے سے جو حرارے خرچ ہوتے ہیں یہ ان کا نعم البدل بن جاتے ہیں اور جسم میں چستی و توانائی آجاتی ہے۔ جدید طبی تحقیقات نے بھی کھجور کو ایک بہترین توانائی بخش پھل قرار دیا ہے اور ثابت کیا ہے کہ کھجور گلوکوز اور فرکٹوز کی شکل میں قدرتی شکر پیدا کرتی ہے جو فوراً جزوبدن بن جاتی ہے۔ ایک سوگرام کھجور میں 315 کیلوریز ہوتی ہیں جو ایک صحت مند زندگی گزارنے کیلئے روزمرہ کی مناسب غذا ہے۔ کھجور مقوی اثرات رکھتی ہے۔ زودہضم ہے بعض لوگ یہ خیال کرتے ہیں کہ یہ گرم ہے اور اس کا استعمال صرف موسم سرما ہی میں مناسب ہے مگر تحقیق نے یہ بات غلط ثابت کی ہے تو ازن کے ساتھ سارا سال استعمال کی جاتی ہے کھجور ضعف قلب' حیض' آنتوں کے امراض' بچوں کے امراض' جسم کو فربہ کرنے اور نشہ آور اشیاء کیلئے مفید ہے۔

شہد: شہد کے بارے میں ارشاد ربانی اور فرمان نبوی ﷺ ہے کہ شہد میں شفاء اور موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج ہے۔ جدید تحقیقات نے بھی اس کی تصدیق کی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ شہد مختلف امراض میں مختلف طریقوں سے استعمال کرنے کے علاوہ صحت و توانائی کیلئے دنیا بھر میں استعمال کیا جاتا ہے۔ لہٰذا نوزائیدہ بچے سے لیکر جاں بلب مریض تک کو دیا جاتا ہے شہد کے ایک سوگرام میں 319 کیلوریز ہوتی ہیں جو ایک صحت مند جسم کیلئے روزانہ کی ضرورت کیلئے کافی ہیں۔ شہد استعمال کرنے والے طویل العمر' صحت مند اور خوبرو ہوتے ہیں۔ شہد یوں تو تقریباً تمام امراض میں استعمال ہوتا ہے مگر معدہ کے السر' نظام ہضم کی اصلاح' خون کی کمی' خون صاف کرنے' گلے کے امراض اور پھوڑے پھنسیوں کا بہترین علاج ہے۔ شہد کے فوائد حاصل کرنے کیلئے ضروری ہے کہ شہد خالص ہونا چاہیے روزہ داروں کو چاہیے کہ دودھ میں شہد دو چمچ ملا کر روزہ افطار کرلیا کریں۔ پھر نماز مغرب کے بعد معمول کی سادہ غذا کھائیں۔

دودھ: دودھ ایک مکمل غذا ہے۔ حضور نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ دودھ تمام غذاؤں کا شہنشاہ ہے۔ جدید تحقیقات نے بھی دودھ کو ایک مکمل غذا قرار دیا ہے۔ ایک کلو دودھ اپنی غذائی افادیت کے لحاظ سے ایک کلو گوشت کے برابر ہے۔ دودھ ہر عمر کے لوگوں کیلئے یکساں مفید غذا ہے۔ اس سے دماغی قوت حاصل ہوتی ہے۔ بیماری کے بعد ہونے والی نقاہت دور ہوتی ہے۔ خون پیدا ہوتا ہے۔ دودھ سے ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں' قبض کشا اور پیشاب آور ہے۔ عمر بڑھتی ہے' رنگت صاف ہوتی ہے اور زودہضم ہے۔ دودھ صبح سحری کے وقت اور افطاری کے وقت استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر افطار میں ہمراہ تین کھجوریں کھالی جائیں تو مفید ہے۔ سوتے وقت دودھ کا پینا مناسب نہیں ہے کیونکہ اس طرح ہضم نہیں ہوتا سونے سے کم ازکم دو گھنٹے قبل پیا جائے تو کہ ہضم ہوجائے۔ روزہ داروں کیلئے دودھ میں شہد ملا کر یا کھجوروں کا استعمال بہترین افطاری ہے۔

زیتون: زیتون کا شمار ان غذاؤں میں ہوتا ہے جس کا ذکر قرآن مجید میں آیا ہے اور اسے مثل نور قرار دیا ہے۔ قرآن حکیم سے قبل تورات میں بھی اس کا ذکر آیا ہے۔ زیتون کے درخت کا شمار دنیا کے قدیم ترین پودوں میں ہوتا ہے۔ یہ معدہ اور نظام ہضم کیلئے مفید غذا ہے جدید تحقیقات طب نے بھی اس کی تصدیق کی ہے روزہ دار کے معدہ کی اصلاح کیلئے اس کا استعمال مفید ہے۔ زیتون' بواسیر' جلدی امراض' سوزش' پھوڑے پھنسیاں' منہ کے چھالوں اور عرق النساء پتے کی پتھری' دمہ' فلو' نزلہ زکام میں مفید ہے۔ عرب ممالک میں اسے ایک اچھی خوراک وغذا کے علاوہ بالوں کی افزائش کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔

حافظ ہارون' کراچی

خوش کلامی مت چھوڑیئے!

ہزاروں خوشیوں کو جو ہماری دسترس کے اندر ہیں، ہم بھول جاتے ہیں اور اپنی چہیتی ایک پریشانی کو لے کر بیٹھ جاتے ہیں

چھوٹی چھوٹی باتوں کی وجہ سے ہرگز پریشان نہیں ہونا چاہئے کیونکہ اگر ان کا خیال رکھا گیا تو پھر یہی چھوٹی پریشانیاں بڑی بن جاتی ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ دنیا پریشانی کی وجہ سے کبھی بھی حقیقی نہیں بلکہ صرف تصوراتی ہوتی ہے چھوٹی چھوٹی پریشانیاں اور ذرا ذرا سی ناکامیاں انسان کو بوکھلا دیتی ہیں اور انسان بھی عجیب ہے۔ وہ ایک نہ ایک پریشانی کو ہمیشہ کلیجے سے لگانے کے لئے تیار رہتا ہے۔ اکثر اوقات یہ پریشانی خود ساختہ ہوتی ہے ہزاروں خوشیوں کو جو ہماری دسترس کے اندر ہیں، ہم بھول جاتے ہیں اور اپنی چہیتی ایک پریشانی کو لے کر بیٹھ جاتے ہیں اور خوش کلامی وخوش مزاجی کو قریب نہیں آنے دیتے بلکہ یوں اس کے لئے دروازے بند کئے رہتے ہیں اور صرف مایوسی کو اپنے چاروں طرف لپیٹے رہتے ہیں۔ ایسی عادات سے زندگی میں ایک خاص تبدیلی پیدا ہوجاتی ہے۔ گفتگو جلی کٹی کرتا ہے، دوسروں کے بارے میں اس کے ذہن میں ہمیشہ برائی ہی آتی رہتی ہے۔ ایسا آدمی خود کسی سے نہیں ملتا اور دوسروں کو بھی اس لائق نہیں سمجھتا کہ وہ آکر اس سے ملیں۔ بہ الفاظ دیگر اس کا دل دنیا بھر کی تکالیف کی آماجگاہ بنا رہتا ہے۔ وہ خود بھی تکالیف اٹھاتا ہے اور دوسروں کو بھی تکلیف پہنچاتا ہے۔

مزاج کی یہ کیفیت صرف خودغرضی کی بنا پر ہوتی ہے۔ ایسے لوگوں کو دوسروں سے کوئی ہمدردی نہیں ہوتی، قوت ارادی کا یہ ایک قسم کا غلط اور الٹا استعمال ہے کیونکہ یہ بالکل اپنے اختیار کی بات ہے اور آدمی اگر چاہے تو اس سے بچ سکتا ہے۔ لوگ خواہ کچھ بھی بحث ومباحثہ کرتے رہیں، انسان کو اپنے عزم اور عمل کو پوری آزادی حاصل ہے۔ اگر نیک کام کی جانب ارادہ ہے تو انسان سرفراز ہوجاتا ہے اور اگر برے راستے پر چلنے لگتا ہے تو پھر ندامت اٹھانا پڑتی ہے۔ تو یہ نظر انتخاب کی بات ہے کہ خواہ روشن پہلو پر پڑے یا تاریک پہلو پر، آپ چاہیں تو اچھی بات کی تقلید کرسکتے ہیں اور چاہیں تو برائی سے احتراز کرسکتے ہیں جس طرح ہم چاہیں خود کو بنا سکتے ہیں۔ دنیا کے مالک صحیح معنوں میں وہی لوگ ہیں جو خوش مزاج ہیں کیونکہ دنیا انہی کی ہے جو اس سے لطف اندوز ہوسکیں۔

اس ماہ کا دکھی خط

زندگی بچوں پرقربان کی‘ تب بھی چین نہ ملا

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کاانتخاب نام اورجگہ مکمل تبدیل کردیئے ہیں تاکہ رازداری رہے۔کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔اگرآپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماداور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔وضاحت ضرور لکھیں

السلام علیکم حکیم صاحب! عبقری باقاعدہ پڑھتی ہوں‘ ہرمہینہ کسی بہن کی دکھ بھری کہانی پڑھتی ہوں‘ آج سوچا کہ میں بھی اپنی داستان سناؤں شاید کوئی حل مل جائے۔

میری شادی جلدی ہوگئی اور چار چھوٹے بچوں کے بعد میں بیوہ ہوگئی۔والدین حیات تھے‘ ان کے ساتھ رہ کر ملازمت شروع کی‘ پھر باہر جانے کیلئے کوشش کی تو بحیثیت ٹیچر کے جاب مل گئی‘ ساتھ ہی گھر کا الاؤنس اور بچوں کے الاؤنس بھی ملے‘ بچوں نے شروع سے امریکہ میں پڑھنے کا شوق ظاہر کیا تھا‘ میں نے دو بینکوں سے قرض لیا پہلے بڑے بیٹے کو بھیجا پھر دوسرے بیٹے اور بیٹی کو بھی داخلہ دلوادیا۔اس دوران میں نے بہت سختی اٹھائی اور ہر ماہ بھاری قسطیں ادا کرتی رہی اور بہت ہی کفایت شعاری سے زندگی گزاری‘ گھر کا کام اور محنت کی ملازمت سے صحت پر اثر پڑا اور جوڑوں کا درد‘ بلڈ پریشر‘ انجائنا کی تکلیفیں شروع ہوگئیں۔اسی اثناء میں بڑے بیٹے اور دو بیٹیوں کی شادیاں ہوگئیں۔اتفاق سے داماد بہت ہی غصہ والی طبیعت کے ملے۔ایک نے تو بیوی پر ہاتھ اٹھانے سے بھی گریز نہ کیا۔میں نے باہر کے ملکوں میں رہ کر بچوں میں اسلامی قدریں اور مذہبی عقیدت کی ترغیب دی۔

بڑے بیٹے کی شادی ہوئی تو بظاہر تعلیم یافتہ اور خوبصورت بہو نے چند دنوں میں وہ پر پرزے نکالے‘ سخت لالچی اور گستاخ نکلی‘ میں نے سوچا تھا کہ قرض میں نے اتار دیا ہے اور ملازمت چھوڑ کر پنشن لے لی تھی تو اب سکون سے بیٹوں کے ساتھ بڑھاپا گزاروں گی مگر قسمت کو شاید یہ منظور نہ تھا۔بیٹا جب گھر پر ہوتا تو بہو اس طرح پیش آتی تھی جیسے میرا بہت خیال رکھتی ہے۔شوہر کے دفتر جاتے ہی گستاخی سے جواب دیتی۔ساری استعمال کی چیزوں کو الماریوں میں رکھ کر تالے لگادیتی تھی تو مجھے بار بار مانگنا پڑتا تھا‘ اس حد تک گری ہوئی تھی کہ اپنے لیے اور بچوں کیلئے اعلیٰ کوالٹی کا سامان لاتی اور چھپادیتی اور میری لیے سستی اور گھٹیا چیزیں باہر رکھتی۔اگر بیٹے سے میں ذکر کرتی تو وہ یقین نہیں کرتا تھا اور کہتا تھا کہ آپ روایتی ساسوں کی طرح کیڑے نکالتی ہیں۔حالانکہ میں حتیٰ الامکان کوشش کرتی تھی کہ گھر کے کام میں بچوں کے ساتھ ہاتھ بٹاؤں لیکن وہ صاف منع کردیتی تھی اور کہتی تھی کہ مجھے سٹائل سے کام کرنے کی عادت ہے۔آپ کسی چیز کو ہاتھ نہ لگایئے۔ اگر بیٹا کبھی میرے کھانے پکانے کی تعریف کرتا تو تین چار دن تک مجھ سے بات نہ کرتی۔ایک دفعہ چھوٹی سی بات پر مجھ سے سخت گستاخی کی اور میں اپنے چھوٹے بیٹے کیساتھ رہنے چلی گئی۔بڑے بیٹے نے روکنے کی کوشش بھی نہ کی۔

چھوٹا بیٹا کنوارا تھا لہٰذا میں نے ساری پنشن اور جمع پونجی اس پر صرف کی تاکہ پڑھ لکھ کر اچھی ملازمت پاسکے کچھ لڑکیوں کیساتھ اس کی خط و کتابت تھی اور ایک لڑکی جو اس کی پسند تھی اس کے ساتھ اس کی شادی کردی۔شروع میں وہ بھی بڑی مثالی بہو کی طرح بننے کی کوشش کرتی لیکن چند ہی دنوں میں اس کی گھٹیا ذہنیت سامنے آگئی۔میں نے کبھی جہیز کا ذکر بھی نہ کیا تھا حالانکہ اپنی بیٹیوں کو میں نے دنیا کا سامان اعلیٰ کوالٹی کا باہر سے خریدا ہوا دیا۔

دونوں بہوویں خالی ہاتھ آئیں‘ نہ ہی مجھے کوئی توقع تھی مجھے تو صرف خوش اخلاق اور نماز روزے کی پابند لڑکیاں چاہیے تھیں۔دوسری بہو نے آتے ہی اعلان کیا کہ میرا جو سالہا سال سے میں نے قیمتی سامان جمع کیا تھا وہ اسے ری ارینج کرے گی۔میں نے کوئی اعتراض نہ کیا لیکن اس نے تو تباہی مچادی بغیر میری اطلاع کے نہ صرف چیزوں کی جگہ بدلی بلکہ کافی سامان بغیر میری اجازت کے باہر پھینک دیا کہنے لگی اماں نے کہا تھا کہ لڑکی جب بیاہ کے جاتی ہے تو شوہر کی سب چیزیں اس کی ہوجاتی ہیں۔میں نے کہا میں تیس سال سے یہ سامان جمع کررہی ہوں۔تمہارے میاں نے تو اس میں سے کچھ نہیں خریدا‘ اس کی تو ابھی ملازمت لگی ہے لیکن اس کا رویہ نہ بدلا۔جو میں کہتی تھی نفی میں جواب دیتی۔مجھ سے اور اپنے میاں سے بھی بدتمیزی سے اونچی آواز میں لڑتی میں اپنے ہی گھر میں کسی چیز کو ادھر ادھر کرتی تو شور مچادیتی۔

شروع شروع میں بیوٹی سیلون جاتی اور کچھ جاذب نظر لگتی‘ رفتہ رفتہ بال رنگنا چھوڑ دیئے تو سفید بال نظر آنے لگے (عمر کے بارے میں جھوٹ بولا تھا) بے تحاشہ کھانے کی وجہ سے بیحد موٹی ہوگئی‘ اکثر اپنے کالج کے لڑکوں سے بھی فون پر باتیں کرتی‘ میرے ساتھ ہر وقت بدتہذیبی اور گستاخی سے پیش آتی اور میرے بیٹے کے ساتھ وہ چونچلے کرتی کہ فلمسٹار پیچھے رہ جائیں۔

بیٹا اس پر فریفتہ تھا اور میرے ساتھ نافرمانی کرنے لگا اور بدتمیزی سے جواب دینے لگا میں نے زیادہ تر خاموش رہنا شروع کردیا لیکن بار بار بیوی کے اُکسانے پر کہتا ہے کہ جو میری بیوی کہے آپ کو برداشت کرنا ہوگا نہیں تو آپ کو باہر نکال دوں گا وغیرہ..........

یہاں ملک میں حالات ایسے نہیں ہیں کہ میں حفاظت سے اکیلی رہ سکوں۔حالانکہ پنشن پر گزارا کرسکتی ہوں کوئی قریبی رشتہ دار نہیں ہے نہ کسی پر اعتبار کیا جاسکتا ہے۔دکھ ہوتا ہے کہ میں نے اپنی ساری کمائی‘ جمع پونجی‘ صحت‘ جوانی سب ان بچوں پر قربان کردی تب بھی چین نہ ملا۔نجانے مجھ جیسے کتنے ایسے والدین ہیں جو سمجھتے ہیں کہ اولاد جوان ہوکر بڑھاپے کا سہارا بنے گی لیکن معاملہ برعکس ہوتا ہے۔میں نے شروع سے چونکہ اسلامی تعلیم دی‘ نماز‘ روزے کے پابند ہیں۔حج عمرے کروائے ہیں لیکن بیویوں نے ایسا قبضہ کیا ہے ان کے دماغوں پر کہ ان کے اچھے بُرے کی تمیز نہیں رہی۔اب سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں؟ کہاں جاؤں؟؟؟؟

(قارئین ابھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

آزمودہ نسخہ برائے برص

ھوالشافی: کلونجی 200 گرام‘ حب الرشاد/ ہالون 200 گرام‘ برائے سفوف۔میتھی دانہ/ مولی کے بیج 200 گرام۔مہندی کے پتے دس گرام‘ دیسی سرکہ (سفید نہیں لینا) آٹھ سو گرام کی بوتل (برائے دوا)

ترکیب: کلونجی‘ حب الرشاد اور میتھی دانہ کو ہم وزن لے کر کونڈی میں پیس لیں۔گرائنڈر میں نہیں پیسنا‘ یہ سفوف بنا کر رکھ لیں۔پھر مرہم کیلئے ایک برتن میں مہندی کے پتے‘ سرکہ اور اس سفوف میں سے تین بڑے چمچ دوا لے کر ایک جوش دے لیں اور ٹھنڈا ہونے پر چھان کر فریج میں رکھ لیں اور دن میں کئی مرتبہ لگائیں۔سفوف صبح و شام ایک ایک چمچ باقاعدگی سے لیں اور یہ دعا چلتے پھرتے اور خاص طور پر اذان کے وقت پڑھیں اور دعا کریں۔اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبِکَ مِنَ الْبَرَصِ وَالْجُنُوْنِ وَالْجُذَامِ وَسَیِّءِ الْاَسْقَامِ ؕ انشاءاللہ دو چار ماہ میں بالکل آرام آجائے گا۔ جب دوا ختم ہوجائے تو اور بنالیں اور مجھے دعاؤں میں یاد رکھیں۔(مسز وحید ارشد‘ اسلام آباد)

پروفیسر عبدالرحمن' کراچی

روزہ شوگر کے مریضوں کیلئے تحفہ

اگر مریض دوران رمضان روزہ رکھے اور مناسب ادویات لیتا رہے تو یہ اس کیلئے بہت فائدہ مند ہے کیونکہ شوگر کے مریض کے خون میں انسولین کی تعداد کم اور شوگر کی تعداد زیادہ ہوتی ہے اور روزہ دار کے خون میں موجود یہ شوگر دوران روزہ آہستہ آہستہ استعمال ہوتی رہتی ہے

اکثر دیکھنے میں آیا ہے کہ لوگ بیماری کا بہانہ بنا کر روزہ کے فرض سے بری الذمہ ہونے کی کوشش کرتے ہیں اور بیمار کو دی گئی رعایت کا غلط استعمال کرتے ہیں جو کہ ایک غلط روایت اور نا مناسب روش ہے حالانکہ حقیقت حال یہ ہے کہ روزہ بذات خود علاج ہے جس سے جسم بیشتر بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے اور بیماری میں جسم کو سکون و آرام پہنچاتا ہے جیسے بلڈ پریشر' جوڑوں کا درد' دل کے امراض' فالج' لقوہ' نظام ہضم کی خرابی' فساد الدم' کولیسٹرول کی زیادتی اور ذیابیطس وغیرہ میں بے حد مفید ہے۔ روزہ دراصل بسیار خوری سے روکتا ہے اور ایک تو اسراف سے بچاتا ہے اور دوسری طرف غریبوں اور بھوکوں سے ہمدردی کا جذبہ پیدا کرتا ہے۔ یہ جو لوگ معمولی تکلیف یا بیماری کا بہانہ بنا کر روزہ نہیں رکھتے بالکل غیر شرعی اور غیر اخلاقی ہے کیونکہ روزہ رکھنے سے مرض بڑھتا نہیں بلکہ مرض کی شدت میں کمی آجاتی ہے۔ ہاں بعض امراض کیلئے چھوٹ رکھی ہے۔ ایک اور خیال عام ہے کہ روزہ سے انسان جسمانی طور پر کمزور ہوجاتا ہے جبکہ خوشگوار حقیقت یہ ہے کہ روزہ دار کے جسم میں دوسرے افراد کی نسبت قوت مدافعت کئی گنا بڑھ جاتی ہے۔ وہ اس طرح کہ سال میں ایک ماہ کے روزے رکھنے سے جسم انسانی کی اندرونی مشینری مثلاً معدہ و جگر اور دوسرے اعضاء جو شب و روز غذا کو تحلیل و ہضم کرنے میں مصروف رہتے ہیں۔ روزہ کی حالت میں ان کو آرام کرنے کا موقع میسر آجاتا ہے اور مسلسل مصروف عمل ہونے سے پیدا ہونے والی کمزوری ختم ہوجاتی ہے اور اندرونی اعضاء کی تحریک میں تیزی آجاتی ہے اور یہ بات تو ہر خاص و عام جانتا ہے کہ آرام و سکون کے بعد کام کرنے کی کارکردگی بڑھ جاتی ہے۔ لہٰذا روزہ دار کے معدہ و جگر کو آرام ملنے سے غذا اچھی طرح ہضم ہوکر توانائی پہنچتی ہے۔ اطباء (معالجین) اس بات پر متفق ہیں کہ جسم میں جتنا گندا مواد جمع ہوچکا ہوتا ہے وہ روزہ کی وجہ سے جل جاتا ہے اور اعضائے رئیسہ کو جلا ملتی ہے جس سے وہ بہتر طور پر کام کرتے ہیں۔ اعضاء کا بہتر کام کرنا ہی اچھی صحت کیلئے ضروری ہے۔

غیر مسلم اطباء نے بھی اس کی افادیت کو نہ صرف تسلیم کیا ہے بلکہ اس کی تقلید کی تاکید کی ہے۔ مثلاً ڈاکٹر ڈی جیکٹ کہتا ہے کہ روزہ رکھنا امراض کی روک تھام کیلئے حفظ ماتقدم کی حیثیت رکھتا ہے اور ڈاکٹر جوزف کا کہنا ہے کہ روزہ سے ظاہر اور باطن کی غلاظتیں دور ہوتی ہیں اور روزہ روحانی و جسمانی خرابیوں کا دافع ہے کئی دیگر غیر مسلم اطباء مسلمانوں کے (ہمارے) طریقہ کے مطابق روزہ رکھنے کو بہترین سمجھتے ہیں۔

روزہ چونکہ جگر و معدہ کے عمل کو درست کرتا اور بسیار خوری سے بچاتا ہے اس وجہ سے ذیابیطس میں تو بہت ہی فائدہ مند ہے۔ معالجین کا اس بات پر پورا اتفاق ہے کہ ذیابیطس کا بنیادی سبب نظام انہضام کی خرابی اور جگر کے فعل میں خرابی ہے۔ اس قاعدہ کے مطابق اگر ہاضمہ درست ہے تو ذیابیطس کے پیدا ہونے کا ایک فیصدی بھی امکان نہیں رہتا۔ عام خیال ہے کہ روزہ ذیابیطس کے مریضوں کیلئے متعدد مشکلات کا باعث بنتا ہے جو کہ سراسر غلط' بے بنیاد اور غیر طبی رائے ہے۔ ہاں البتہ مرض کی شدت میں روزہ نہ رکھنا چاہیے تو اس میں ذیابیطس کی تخصیص نہیں۔ کسی بھی مرض کی شدت میں روزہ نہ رکھنا عین اسلامی تعلیمات پر عمل کرنا ہے۔ رمضان المبارک میں روزہ رکھنے کی وجہ سے ذیابیطس کے وہ مریض جو انسولین کے ذریعے علاج کرواتے ہیں ان کو گلوکوز کنٹرول رکھنے میں مشکل پیش آسکتی ہے۔ اس لیے وہ سحری کے وقت لینے والی انسولین کی خوراک کم کرکے خون میں گلوکوز کی تعداد زیادہ کردینے کا باعث بھی بن سکتی ہے اور پھر افطاری کے وقت جو بے تحاشہ کھانا کھایا جاتا ہے وہ بھی خون میں گلوکوز کی زیادتی کا باعث بنتا ہے چنانچہ رمضان المبارک ذیابیطس کے مریض اور معالج دونوں کیلئے خون میں گلوکوز کی کمی کے خوف کے ساتھ آتا ہے لیکن اس طرح گھبرانے کی ضرورت بالکل بھی نہیں ہے کیونکہ رمضان کے روزے مریض و معالج کیلئے مشکلات پیدا نہیں کرتے بلکہ مریضوں کا شوگر لیول نارمل ہوجاتا ہے جبکہ روزہ نہ رکھنے والے مریضوں میں گلوکوز (شوگر) کی سطح اتار چڑھاؤ کا شکار رہتی ہے۔ اس بات کا پتا کچھ اس طرح چلا ہے کہ ایک تحقیق میں نصیر انسٹیٹیوٹ (قاہرہ)' کنگ خالد یونیورسٹی (سعودی عرب)' امیری ہسپتال (کویت)' بزیرہ ہسپتال (ابوظہبی) جناح پوسٹ گریجوایٹ میڈیکل سنٹر (کراچی پاکستان) اور اکرم میڈیکل کمپلیکس لاہور کے سربراہ ڈاکٹروں نے حصہ لیا۔

اس تحقیقی تجربے میں ستر مریضوں کا چناؤ کیا گیا تاکہ ان کے جسم پر روزہ کے اثرات کو دیکھا جاسکے اور پتا چلایا جاسکے کہ ذیابیطس میں روزہ رکھا جاسکتا ہے یا نہیں۔ ذیابیطس کے ان ستر مریضوں کو دو ماہ میں دو مرتبہ چیک کیا گیا اولاً رمضان المبارک سے ایک ماہ قبل چیک کیا گیا اور ان کا شوگر لیول نوٹ کرلیا گیا پھر رمضان المبارک سے ایک دن قبل شوگر لیول نوٹ کیا گیا۔ کچھ مریضوں کو روزے رکھوائے گئے اور کچھ مریضوں کو روزے نہ رکھوائے گئے جن مریضوں کو روزے رکھوائے گئے ان مریضوں کو سحری کے کھانے سے آدھ گھنٹہ قبل انجکشن دیا گیا۔ اس انجکشن کے ذریعے سپرو انسولین مریض کو دی گئی جو قدرے کم طاقت کی ہوتی ہے۔ بعد ازاں اسی مریض کو افطاری کے آدھ گھنٹہ بعد کھانے سے قبل این پی ایچ انسولین کا انجکشن دیا گیا۔ جن مریضوں کو روزہ رکھوایا گیا ان کو باقاعدہ ادویات استعمال کروائی گئیں۔ اس طرح پورا رمضان المبارک یہ عمل چلتا رہا اور شوگر لیول چیک ہوتا رہا جس سے یہ معلوم ہوا کہ پورے رمضان کے روزے رکھنے والے مریضوں کی ذیابیطس (شوگر) نارمل ہوچکی تھی جبکہ روزہ نہ رکھنے والے مریضوں کا شوگر لیول اتار چڑھاؤ کا شکار تھا جس سے ثابت ہوتا ہے کہ روزہ ذیابیطس کے مریضوں کے لیے بالکل بے ضرر اور بہت مفید ہے۔

اگر مریض دوران رمضان روزہ رکھے اور مناسب ادویات لیتا رہے تو یہ اس کیلئے بہت فائدہ مند ہے کیونکہ شوگر کے مریض کے خون میں انسولین کی تعداد کم اور شوگر کی تعداد زیادہ ہوتی ہے اور روزہ دار کے خون میں موجود یہ شوگر دوران روزہ آہستہ آہستہ استعمال ہوتی رہتی ہے۔ علاوہ ازیں چونکہ مریض دوران روزہ کھاتا پیتا کچھ نہیں اس لیے خوراک سے حاصل ہونے والی گلوکوز (شکر) کی مقدار بارہ سے چودہ گھنٹے تک ملنا بند ہوجاتی ہے اور پھر سحری اور افطاری کے وقت انسولین کی مناسب مقدار مہیا ہوجانے سے جسم میں بڑے مثبت نتائج مرتب ہوتے ہیں اور مریض صحت یابی کی راہ پر گامزن ہوجاتا ہے بلکہ اگر غیر رمضان میں بھی یہ طریقہ اپنایا جائے تو نہ صرف شوگر لیول کنٹرول ہوگا بلکہ شوگر کی وجہ سے ہونے والی کمزوری بھی نہیں ہوگی اور قوت مدافعت بڑھے گی اور شوگر کی وجہ سے ہونے والی دماغ کی سوجن' کالا موتیا' اندھا پن' جگر اور گردوں کی خرابی کے خطرات بھی بڑی حد تک ختم ہوجاتے ہیں۔

رمضان میں اوقات کی تبدیلی پریشان کن نہیں

حمنہ ناز' اسلام آباد

درحقیقت رمضان المبارک اللہ رب العزت کی جانب سے ایک بہت بڑا انعام ہے۔ہم جانتے ہیں کہ انعام کی قدر کی جائے تب ہی اس کی اصل روح کو سمجھا اور پایا جاسکتا ہے۔ اس ماہ مبارک کے کچھ آداب اور کچھ خصوصیات ہیں۔

درحقیقت رمضان المبارک اللہ رب العزت کی جانب سے ایک بہت بڑا انعام ہے۔ہم جانتے ہیں کہ انعام کی قدر کی جائے تب ہی اس کی اصل روح کو سمجھا اور پایا جاسکتا ہے۔ اس ماہ مبارک کے کچھ آداب اور کچھ خصوصیات ہیں۔یہ صبر کا مہینہ ہے یعنی روزہ میں کچھ تکلیف یا دشواری ہو تو اسے ذوق و شوق سے برداشت کرنا چاہیے۔یہ نہ ہو کہ مزاج سے درشتگی ظاہر ہو یہ رویہ نہ صرف روزے دار کے لیے نقصان دہ ہے بلکہ اردگرد کے ماحول خصوصاً بچوں پر بھی اس کا منفی اثر پڑتا ہے وہ اگر شروع ہی سے سمجھ بیٹھے کہ روزہ کوئی بے حد دشوار مشکل اور مشتعل کرنے والی چیز ہے تو بھلا وہ کس طرح آگے چل کر اس نعمت کی قدر دانی اور حق ادا کر پائیں گے۔

مسلمانوں کی شان یہ ہونی چاہیے کہ روزے میں تمام اعلیٰ اخلاقی اقدار کی پاسداری کریں اور تحمل کا مظاہرہ کریں۔نیز یہ مہینہ غم خواری کا مہینہ ہے یعنی غرباء اور مساکین کے ساتھ نیک برتاؤ کرنے کا بسا اوقات اللہ جل شانہٗ کی نعمتوں کی فراوانی انسان کو تفاخر میں مبتلا کر دینے کا باعث ہوتی ہے۔ ضرورت مندوں محتاجوں اور پریشان حالوں کی دلجوئی' مدد اور خبرگیری ہمیں احساس دلاتی ہے کہ ہم سے کہیں زیادہ مہذب' صابر' نیک طینت اور دانا افراد بھی بظاہر بہت سی دنیاوی نعمتوں سے محروم نظر آتے ہیں اور ہمیں معلوم ہوتا ہے کہ جو نعمتیں ہمیں حاصل ہیں وہ باری تعالیٰ کا احسان ہیں نہ کہ ہمارا حق اور میراث یہاں شکرگزاری کا ایسا پہلو سامنے آتا ہے جس سے عموماً ہم پہلوتہی کرتے نظر آتے ہیں۔

روزے کے آداب میں ایک اور خاص احتیاط لازم ہے اور وہ یہ کہ روزہ رکھنا محض دن بھر بھوکا رہنے کا نام نہیں بلکہ اپنی زبان اپنے ہاتھ' اور کان یعنی وہ تمام اعضاء جو ہمارے اختیار میں دیئے گئے ہیں ان کو چھوٹی بڑی ہر برائی سے روکے رکھنا یعنی زبان سے سخت بات کہنا' غیبت کرنا یا سننا' کسی بھی جاندار کو بلاوجہ اذیت دینا' تشدد وغیرہ کرنا اور اس طرح کے دیگر کاموں سے روزے میں جس قدر ممکن ہو سکے اجتناب برتنا ضروری ہے۔

روزے کی حالت میں فرائض کی انجام دہی کے ساتھ ساتھ اللہ رب العزت کے ذکر اور تلاوت قرآن پاک کے ساتھ ہی قرآن پاک سننے کا بھی اہتمام ضروری ہے۔ہم جانتے ہیں کہ قرآن پاک رمضان المبارک میں لوح محفوظ سے آسمانی دنیا پر اتارا گیا وہاں سے حسب موقع تھوڑا تھوڑا 23 سال کے عرصہ میں نازل ہوا۔اس کے علاوہ حضرت ابراہیم علیہ السلام کے صحیفے اسی ماہ مبارک میں عطا ہوئے' حضرت داؤد علیہ السلام کو زبور' حضرت موسیٰ علیہ السلام کو تورات اور حضرت عیسیٰ علیہ السلام کو انجیل بھی اسی ماہ مبارک میں عطا ہوئیں۔ یہاں چار مزید چیزوں کی جانب خصوصی توجہ درکار ہے۔کلمہ طیبہ' استغفار' جنت کے حصول کی دعا اور دوزخ سے بچنے کی دعا۔ لہٰذا جتنا بھی ممکن ہو سکے یہ سعادت حاصل کی جائے اور اس میں کوئی دقت بھی نہیں ہے۔ہم اپنے دینوی امور میں مشغول رہتے ہوئے زبان سے کلمہ طیبہ کا ورد' توبہ استغفار اور جہنم سے نجات اور جنت کے حصول کیلئے دعا کرتے رہیں تو اس کیلئے خصوصی وقت مختص کرنے کی بھی ضرورت نہیں۔

حاصل کلام یہ کہ رمضان المبارک محض سحر و افطار اور عید کی تیاریوں میں مصروف رہنے کا نام نہیں بلکہ ایک مربوط تربیتی پروگرام بھی ہے۔جس میں پورے خشوع وخضوع اور ذوق و شوق کے ساتھ فرائض اور حقوق العباد کی ادائیگی اور رسول پاک ﷺ کی سنت کے اتباع کی کوشش کرنی چاہیے۔

عموماً بہت سے گھروں میں دیکھا گیا ہے کہ رمضان المبارک میں معمولات کے اوقات کی تبدیلی سے لوگ پریشان نظر آتے ہیں۔ یہاں بھی آپ سے یہی کہیں گے کہ اگر ہم رمضان المبارک کو محض معمولات کے اوقات میں تبدیلی اور مصروفیات میں اضافہ کے طور پر لیں گے تو یقیناً پریشان ہوں گے اور اگر ہم ان فیوض و برکات پر نظر ڈالیں جو کہ اللہ رب العزت ہمیں اس ماہ مقدس میں عنایت فرماتے ہیں اور وہ تربیتی ماحول جو عالم اسلام کا امتیاز ہے ہمیں حاصل ہوتا ہے تو اس کے مقابلے میں سونے' جاگنے اور کھانے پینے کے اوقات میں تھوڑی سی تبدیلی اور اس ماہ مبارکہ سے متعلق دیگر مصروفیات ہمیں ایک بہت بڑی سعادت محسوس ہوں گی جو کہ ایک مسلم حقیقت بھی ہے تو آیئے پھر جذبہ ایمانی کے ساتھ اس بابرکت مہینہ کا خیر مقدم کریں اور اس کے فضائل کی قدر کریں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَاسَلَامُ. یَاوَاسِعُ. یَارَحِیْمُ کا ورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ '' آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے اوپر بہت قرضہ تھا اور میرے پاس قرض اتارنے کی کوئی سبیل نہ تھی میں نے عبقری رسالے سے ماہانہ مراقبہ پر عمل شروع کر دیا۔اللہ رب العزت نے اپنے خزانہ غیب سے مدد فرمائی اور قرض اتارنے میں سہولت محسوس ہونے لگی۔ایک دن بچے کو پیسے دے کر بھیجا کہ دکان والے کو دے آؤ اس کے پیسے دینے تھے اس نے بچے کے ہاتھ پیغام بھیجا کہ قرض تو نہیں رہا البتہ آپ لوگوں کے تین ہزار روپے میری طرف زیادہ آگئے ہیں وہ آکر واپس لے لیں۔صرف ہی ایک مسئلہ نہیں بلکہ مراقبہ تو بے شمار پریشانیوں کا علاج ہے۔ایک دوست کو عبقری میں شائع ہونے والا ماہانہ مراقبہ تلقین کیا اس کی برکت سے کئی ایک دیرینہ مسائل حل ہو گئے' مراقبہ تو دنیا آخرت کے مسائل کو حل کرواتا ہے۔**(محمد زین' ڈیرہ غازیخان)**

روزے سے وزن اور کولیسٹرول میں کمی

(اے۔ستار خان' پشاور یونیورسٹی)

رمضان المبارک کے دوران نباتی تیل کے استعمال کے فوائد واثرات بھی ثابت ہو چکے ہیں خاص طور پر سن فلاور یعنی سورج مکھی کے تیل کے استعمال سے خون میں ایچ ڈی ایل کی سطح میں مفید اضافہ ریکارڈ ہو چکا ہے

رمضان المبارک کے دوران غذائی عادات بدل جاتی ہیں۔ روزوں کے جسم پر جو مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں ان میں خون کے روغنی مادوں میں ہونے والی تبدیلیاں قابل ذکر ہیں خاص طور پر مفید قلب چکنائی ایچ ڈی ایل کی سطح میں تبدیلی بڑی اہم ہوتی ہے' کیونکہ اس سے قلب اور شریانوں کو تحفظ حاصل ہوتا ہے۔

رمضان کے روزوں کی وجہ سے وزن اور خون میں کولیسٹرول کی کمی بیشی کا کھوج لگایا جا چکا ہے اور یہ معلومات مختلف رپورٹوں میں درج ومحفوظ ہیں۔

رمضان المبارک کے دوران نباتی تیل کے استعمال کے فوائد واثرات بھی ثابت ہو چکے ہیں خاص طور پر سن فلاور یعنی سورج مکھی کے تیل کے استعمال سے خون میں ایچ ڈی ایل کی سطح میں مفید اضافہ ریکارڈ ہو چکا ہے۔ اسی طرح زیتون کے تیل کے استعمال سے خون میں کولیسٹرول میں کمی بھی ثابت ہو چکی ہے۔ روزوں کے دوران ایچ ڈی ایل کی سطح بڑھ جاتی ہے اور یہ بات آپ کے علم میں ہے کہ ایل ڈی ایل مضر قلب اور ایچ ڈی ایل مفید قلب چکنائی ہوتی ہے۔

ان کی توثیق مزید کیلئے پشاور یونیورسٹی کے شعبہ حیاتی کیمیا (بائیوکیمسٹری) میں دس مردوں اور دس رضا کار خواتین کے خون کے نمونوں کا رمضان المبارک کی ابتدا' درمیان اور آخر میں مطالعہ کیا گیا جن کے نتائج مختصراً یہ رہے: ان طبی رضا کاروں کے خون میں رمضان المبارک کے وسط میں ایچ ڈی ایل کولیسٹرول اور ایل ڈی ایل کولیسٹرول کی سطح میں معمولی اضافہ ریکارڈ کیا گیا۔ ان نمونوں کا مطالعہ بڑا دلچسپ رہا۔ رمضان کے آغاز اور اختتام پر تمام رضا کاروں سے 65 سے 90 فیصد کے خون میں کولیسٹرول' ٹرائی گلیسرائڈ' ایچ ڈی ایل اور ایل ڈی ایل کولیسٹرول کی سطحیں معمول کے مطابق پائی گئیں جبکہ ان میں سے 5 سے 20 فیصد میں یہ روغنی مادے خطرے کی سطح کے قریب پائے گئے تاہم رمضان کے وسط میں ان مادوں کی سطح میں کمی بیشی دیکھی گئی۔ کولیسٹرول اور ٹرائی گلیسرائڈ کی نارمل سطح والوں میں ایچ ڈی ایل اور ایل ڈی ایل میں دس سے 25 فیصد اضافہ پایا گیا۔

رمضان کی ابتدا اور اختتام پر 25 سے 70 فیصد میں کولیسٹرول ایک ہی سطح پر برقرار رہی لیکن خطرے کی سطح سے قریب والے رضا کاروں کے خون میں کولیسٹرول کی سطح رمضان کے اختتام کے وقت کم ہوگئی اور ان میں مردوں کے مقابلے میں خواتین کا تناسب زیادہ رہا۔

پورے روزوں میں ٹرائی گلیسرائڈ کی سطح بھی کولیسٹرول کی طرح معمول کی سطح پر رہی' لیکن خواتین کا تناسب اس سلسلے میں بھی مردوں سے زیادہ رہا۔ اسی طرح ایچ ڈی ایل کے معاملے میں بھی خواتین کے خون میں اس کی نارمل سطح کا تناسب مردوں سے زیادہ تھا۔ ان تینوں چکنائیوں کی سطح میں کمی سے یہی ثابت ہوتا ہے کہ رمضان المبارک ہمیں غذائی بے احتیاطیوں پر قابو پانے کا بہترین موقع فراہم کرتا ہے اور اس میں روزوں کی وجہ سے چکنائیوں کے استحالے (میٹابولزم) کی شرح بھی بہت بہتر ہو جاتی ہے۔

رمضان میں پیاس سے حفاظت

میرا کام سارا دن چلنے پھرنے والا ہے۔ روزے کی حالت میں پیاس سے بہت بُرا حال ہو جاتا تھا۔ میں حافظ قرآن بھی ہوں اس لیے تراویح بھی سناتا ہوں' پورا رمضان بہت مشکل اور صبر سے گزارا کرنا پڑتا تھا لیکن تقریباً 2 سال پہلے سحری کرتے ہوئے بے اختیار کھانے کے ساتھ آدھے گلاس دودھ میں آدھا گلاس پانی ملا کر اور ایک چٹکی نمک ڈال استعمال کیا میرا پورا دن بہت پرسکون حالت میں گزرا۔ اس کے بعد میں نے اس ٹوٹکے کو معمول بنالیا۔ تقریباً دو سال سے ہر سحری میں ایک گلاس کچی لسی کا پیتا ہوں اور سارا دن پیاس اور گرمی تنگ نہیں کرتی اور خون میں حدت بھی نہیں بڑھتی۔ جو لوگ گرمی کی وجہ سے پریشان ہوتے ہیں اور روزہ بھی چھوڑنا نہیں چاہتے ان کیلئے بہت لاجواب اور آسان ٹوٹکہ ہے۔ یہ نسخہ ان لوگوں کیلئے بھی مفید ہے جن کو اندرونی گرمی ہو جاتی ہے۔ اصل فوائد استعمال کے بعد سامنے آئینگے۔ ضرور کریں اور مجھے اپنی دعاؤں میں بھی یاد رکھیں۔ **(علی حارث' لاہور)**

عیدالفطر پر چہرے کی حفاظت

فیس واش: سب سے پہلے چہرے کی صفائی ضروری ہوتی ہے جلد کی اضافی چکنائی کو مندرجہ ذیل چیزوں میں ابٹن اور دہی ملا پیسٹ بنا کر قابو میں کیا جا سکتا ہے چنے کی دال کا پاؤڈر یا ہرے مونگ مسور کی دال کا پاؤڈر پیس کر بوتلوں میں محفوظ کرلیں اب تینوں میں سے کسی ایک دال کے پاؤڈر کو ابٹن اور دہی میں ملا کر پیسٹ بنالیں اور اس سے چہرہ دھوئیں اس سے نہ صرف آپ کے چہرے کی زائد چکنائی کنٹرول میں رہے گی بلکہ آپ کے چہرے کے داغ دھبے بھی دور ہو جائیں گے۔ یہ عمل ہفتے میں ایک بار کرنا ہی بہت مفید ہے دہی بہترین کلینزر ہے اور فیس واش کا بہترین نعم البدل بھی بیسن اور کچے دودھ میں آدھا لیموں کا رس ملا کر پیسٹ بنالیں اس کو چہرے پر لگائیں سوکھ جائے تو رگڑ رگڑ کر اتار دیں چہرہ صاف شفاف ہو جائے گا اور داغ دھبے بھی غائب ہو جائیں گے۔ چہرے کو کبھی نیچے کی طرف نہ رگڑیں بعد میں عرق گلاب چہرے پر لگائیں۔ بادام کی گریاں (مغز بادام) جو ایک چہرے کیلئے کافی ہوں ان کو اچھی طرح پیس لیں' نیم گرم دودھ میں پھینٹ کر پیسٹ بنالیں اور چہرے پر لگا دیں تقریباً آدھ گھنٹہ بعد تولیہ بھگو کر چہرہ صاف کرلیں۔ چنے کی دال اور ہلدی کا مرکب صدیوں سے ابٹن کے طور پر استعمال ہوتا آیا ہے رات کو چنے کی دال بھگو دیں صبح ہلدی کی گانٹھ کے ساتھ پیس لیں جب عمدہ کریم بن جائے تو چینی کے پیالے میں ڈال کر لیموں کا رس ایک چمچہ شامل کرلیں اس مرکب کو چہرے اور جسم کے نظر آنے والے حصوں پر ملیں بدن کی حدت سے مرکب کچھ ہو جائے تو کسی اچھے صابن سے غسل کریں اس سے سانولی سلونی رنگت کا نکھرنا اور ایک لازوال چمک کا پیدا ہونا لازمی ہے انشاء اللہ تعالیٰ۔

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!

محمد سعادت خان، لاہور

سات نعمتیں دلانے والا درود شریف

جس طرح آج کل ہر کوئی وقت کی قلت کا شکوہ کرتا نظر آتا ہے اگر ہم ذرا سی بھی توجہ دیں تو چند منٹ روزانہ درود شریف پڑھنے میں صرف کر کے اللہ تعالیٰ کی رحمتوں کی برسات سے ہم بھی فیض یاب ہو سکتے ہیں۔ نہ صرف دنیا بلکہ آخرت کا بھی تھوڑے وقت میں کثیر سرمایہ جمع ہو سکتا ہے

درود محمدی ﷺ

یہ درود شریف حضور ﷺ کے اسم گرامی کے ساتھ منسوب ہے حضور ﷺ کے امت پر حد سے زیادہ احسانات ہیں بلکہ اس سے بھی زیادہ سب سے زیادہ احسان یہ ہے کہ اگر کوئی نادانی میں بدکار گنہگار اور غافل ہو کر بھی زندگی گزارے تو حضور ﷺ پھر بھی ہر وقت بارگاہ ایزدی میں گنہگار امت کی مغفرت کیلئے دعا گو ہیں۔ لہٰذا اتنے عظیم اور محسن نبی ﷺ پر دن میں ایک بار بھی درود شریف پڑھ لیں تو اللہ تعالیٰ کا وعدہ یہ ہے کہ وہ پڑھنے والے پر دس رحمتیں نازل فرمائیں گے اور دس نیکیاں عطا فرمائیں گے اور دس گناہ معاف کریں گے۔ ساتھ ہی ساتھ اس کے دس درجات بلند فرمائیں گے۔ درود محمدی ﷺ کے فوائد فضائل اور ثواب بے شمار ہے۔ اس درود شریف کو عارفان وقت نے درود محمدی ﷺ اس لیے کہہ کر پکارا ہے کیونکہ یہ خاص حضور ﷺ کیلئے ہے اور حضور ﷺ کی محبت کے حصول کیلئے یہ درود پاک کسی بھی نماز کے بعد ایک مرتبہ ضرور پڑھ لے تاکہ وہ ہمیشہ اللہ کی رحمت میں رہے جمعہ کی رات کو بھی اس درود کا پڑھنا بہت نفع بخش ہے اسے چالیس یوم میں سوا لاکھ مرتبہ پڑھنا ہر قسم کی مشکل کا حل ہے۔ اگر صرف ایک مرتبہ بھی اس درود شریف کو پڑھ لیا جائے تو آدمی رحمت خداوندی میں سر تا پاؤں ڈھک جاتا ہے۔ اللہ عزوجل کے سوائے کسی کو طاقت نہیں کہ اس درود شریف کے فوائد یا فضائل بیان کر سکے۔ درود محمدی ﷺ ایک زبردست طاقت اور راز ہے جس کو صرف اللہ تعالیٰ عزوجل کی ذات پاک ہی جانتی ہے۔ (خزینہ درود شریف، خزانہ آخرت، دلائل الخیرات)

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَرَسُوْلِکَ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ بِعَدَدِ اَنْفَاسِ الْخَلَائِقِ صَلٰوۃً دَآئِمَۃً بِدَوَامِ خَلْقِ اللّٰہِ ط .

درود قادریہ

یہ درود خاندان قادریہ کے معمولات میں سے ہے۔ اکثر قادری بزرگ اپنے مریدوں کو اسے روزانہ 511 مرتبہ یا 111 مرتبہ پڑھنے کی تلقین کرتے ہیں۔ یہ درود رحمت خداوندی کا خزانہ ہے۔ لہٰذا جو شخص اس درود کو روزانہ 111 مرتبہ تاحیات پڑھتا رہے وہ رحمت خداوندی سے مالا مال ہو جاتا ہے ایک اللہ کے بندے کا کہنا ہے کہ جو شخص روزانہ اس درود کو کم از کم ایک بار ضرور پڑھے اسے سات نعمتیں حاصل ہوں گی۔ 1۔ رزق میں برکت۔ 2۔ تمام کام آسان ہو جائیں گے۔ 3۔ نزع کے وقت کلمہ نصیب ہوگا۔ 4۔ جان کنی کی سختی سے محفوظ رہے گا۔ 5 قبر میں وسعت ہوگی۔ 6۔ کسی کی محتاجی نہ ہوگی۔ 7 مخلوق خدا اس سے محبت کرے گی۔ اس سے معلوم ہوا کہ اس درود کی برکات حاصل کرنے کیلئے اسے روزانہ پڑھنا چاہیے اس کے علاوہ رسول اکرم ﷺ کے قرب اور زیارت کیلئے بھی یہ درود بہت مؤثر ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مَّعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْکَرَمِ وَاٰلِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ

درود عالی

یہ عالی قدر صلوٰۃ ہے۔ شیخ صاوی رحمۃ اللہ علیہ نے صلوٰۃ الدردیر کی شرح میں اور علامہ محمد الامیر الصغیر رحمۃ اللہ علیہ نے امام سیوطی رحمۃ اللہ علیہ سے اپنی کتاب میں نقل کیا ہے کہ جو شخص ہر جمعہ کی رات کو خواہ ایک ہی بار پڑھنا اپنے اوپر لازم قرار دے گا اسے نبی کریم ﷺ ہی لحد میں رکھیں گے اور سید احمد دحلان رحمۃ اللہ علیہ نے اپنے مجموعہ میں بڑی تفصیل سے اس کے فوائد بیان کیے ہیں۔ فرماتے ہیں: بہت سے دوسرے عارفین نے لکھا ہے کہ جو شخص ہر جمعہ کی رات کو اس کے پڑھنے پر مداومت کرے گا خواہ ایک ہی ہو تو موت کے وقت اس کی روح کے سامنے نبی عالم ﷺ کی روح متمثل ہوگی اور قبر میں داخل ہوتے وقت بھی یہاں تک کہ وہ دیکھے گا نبی اکرم ﷺ ہی اسے لحد میں اتار رہے ہیں۔

یعنی جو شخص ہر جمعرات اور جمعہ کی درمیانی رات کو خواہ ایک مرتبہ پڑھے گا تو موت کے وقت حضور نبی کریم ﷺ کا دیدار نصیب ہوگا اور یہاں تک وہ دیکھے گا کہ نبی اکرم ﷺ اپنے رحمت بھرے ہاتھوں سے اسے لحد میں اتار رہے ہیں۔

درود عالی دنیوی اور دینی حاجات پورا کرنے کا گنجینہ ہے عزت و عظمت کے حصول کیلئے یہ درود بہت اکسیر ہے۔ لہٰذا اگر کسی کو کسی کام میں فتح و نصرت درکار ہو تو اسے چاہیے کہ چالیس یوم تک بعد نماز عشاء اس درود پاک کو سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ حسب منشاء ہر کام میں فتح یابی ہوگی۔ ایسے ہی اگر کسی شخص پر ناجائز مقدمہ بنا ہو تو اس میں کامیابی کیلئے مقدمہ کی ہر تاریخ کو اس درود کو تہجد کے وقت سات سو مرتبہ پڑھے انشاء اللہ مقدمہ میں کامیابی ہوگی۔ درود شریف یہ ہے: اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ الْحَبِیْبِ الْعَالِی الْقَدْرِ الْعَظِیْمِ الْجَاہِ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَصَحْبِہٖ وَسَلِّمْ۔

ستر فرشتے 1 ہزار دن تک ثواب لکھیں گے

اس درود شریف کا ثواب ستر فرشتوں کو 1000 دن تک مشقت میں ڈالے گا یعنی ستر فرشتے ایک ہزار دن تک اس کا ثواب لکھتے لکھتے تھک جائیں گے۔ جس طرح آج کل ہر کوئی وقت کی قلت کا شکوہ کرتا نظر آتا ہے اگر ہم ذرا سی بھی توجہ دیں تو چند منٹ روزانہ درود شریف پڑھنے میں صرف کر کے اللہ تعالیٰ کی رحمتوں کی برسات سے ہم بھی فیض یاب ہو سکتے ہیں۔ نا صرف دنیا بلکہ آخرت کا بھی تھوڑے وقت میں کثیر سرمایہ جمع ہو سکتا ہے جو اللہ تعالیٰ جل شانہٗ کی بارگاہ عالی میں مقبول ہے جس کے رد ہونے کا کوئی امکان نہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمیں کثرت سے درود شریف پڑھنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ جَزَی اللّٰہُ عَنَّا سَیِّدَنَا مُحَمَّدًا مَاھُوَ اَھْلُہٗ۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ، خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے، بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

مسافران آخرت

عبقری کے مخلص قلمکار سید واجد حسین بخاری ایڈووکیٹ کی والدہ محترمہ فوت ہوگئی ہیں۔ تسبیح خانے کے خادم محمد آصف خان کے دادا پیرانہ سالی کے بعد فوت ہوگئے ہیں۔ ادارہ عبقری کے مخلص ساتھی ناصر محمود صاحب کے سسر وفات پا گئے ہیں۔ **قارئین سے ایصال ثواب کی گزارش ہے۔**

عید کی حقیقی خوشیاں حاصل کریں

رابعہ، کوئٹہ

درحقیقت رمضان المبارک اللہ رب العزت کی جانب سے ایک بہت بڑا انعام ہے۔ ہم جانتے ہیں کہ انعام کی قدر کی جائے تب ہی اس کی اصل روح کو سمجھا اور پایا جاسکتا ہے۔ اس ماہ مبارک کے کچھ آداب اور کچھ خصوصیات ہیں۔

اس مبارک ماہ میں جہاں پر مسلمان روحانی اعتبار سے ترقی کرتا ہے وہاں رمضان کے متصل بعد آنے والی عید کیلئے بھی مناسب تیاری کرتا ہے۔ عید کی تیاری کے سلسلے میں عقلمندی یہی ہے کہ رمضان سے پہلے کرلی جائے ورنہ کم ازکم رمضان کے پہلے عشرہ میں کرلی جائے۔ بزرگ فرماتے ہیں کہ بازار سے بیزار رہنا چاہیے۔ خاص طور پر خواتین اس بات کی فکر کریں کہ گھر میں رہتے ہوئے محرم مردوں کے ذریعے ضرورت کی اشیاء منگوالیں اور بلاضرورت بازار میں قدم نہ رکھیں۔ اس لیے تمام دیندار خواتین سے ہماری گزارش ہے کہ رمضان کے مبارک لمحات ایسے نہیں کہ انہیں بازار جیسی ناپسندیدہ جگہ پر صرف کیا جائے۔ رمضان کے پورے مہینے میں بازاروں کی رونقیں اس قدر بحال ہوجاتی ہیں کہ دکاندار حضرت عام معمول سے ہٹ کر رات گئے تک بیٹھتے ہیں اور بعض جگہ ساری رات خرید وفروخت جاری رہتی ہے جو آخری عشرہ اور چاند رات میں اپنے عروج پر ہوتی ہے بازاروں کی یہ رونق دیکھ کر یوں محسوس ہوتا ہے کہ رمضان المبارک اللہ کی عبادت اور روحانیت میں ترقی کیلئے نہیں بلکہ عیدالفطر کی تیاری کیلئے آیا ہے۔ رمضان کا مہینہ اللہ کا وہ مہمان ہے جس کا اکرام ضروری ہے اور اس کا اکرام یہی ہے کہ یہ جس مقصد کیلئے بھیجا گیا ہم اس مقصد پر نظر رکھیں اور اسے حاصل کرنے کی کوشش کریں اگر ہم اس کے مقصد میں کامیاب ہوگئے تو عید کی یہ خوشی واقعتاً ہمارے لیے باعث مسرت ہے۔ اگر خدانخواستہ ہم نے روزہ کے مقصد کو پس پشت ڈالے رکھا اور خود کو عام ایام کی طرح دنیاوی مشاغل میں کھپائے رکھا اور روحانیت میں ترقی اللہ سے تعلق اور حصول تقویٰ کی کوشش نہ کی تو یقین جانیے عید کے دن اگر ہمارے جسم پر قیمتی لباس ہو، پاؤں میں اعلیٰ جوتا ہو، جیب میں نئے نوٹ ہوں ہم عید کی حقیقی خوشی کو نہیں پاسکتے جبکہ تک کہ تقویٰ سے مزین نہ ہوں۔ عیدالفطر ہمارا اسلامی تہوار ہے جو اللہ پاک کی طرف سے مہمانی اور انعام واکرام کا دن ہے خلاف معمول اس دن کا آغاز نماز عید سے ہوتا ہے اور بارگاہ خداوندی میں اجتماعی نماز پڑھ کر رمضان کا شکریہ اور حصول تقویٰ کی دعائیں کی جاتی ہیں۔ یقیناً اصل عید انہی لوگوں کی ہے جنہوں نے رمضان کے لمحات کی قدر کی اور حسب توفیق خود کو اعمال صالحہ میں مصروف رکھا اور ذاتی خواہشات کے مقابلہ میں شریعت کے احکام کو مقدم سمجھا...... ایسے ہی لوگ اس بات کے مستحق ہیں کہ انہیں عید کے دن مبارک دی جائے۔

اللہ پاک اس ماہ مبارک کو عالم اسلام کیلئے حقیقی خوشیوں کا ذریعہ بنائے اور ہم سب کو لباس تقویٰ سے آراستہ فرمائے۔

رمضان میں 3 سیکنڈ میں چودہ کروڑ نیکیاں کمائیں

لَا اِلٰـهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَاشَرِيْكَ لَهٗ اَحَدًا صَمَدًا لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُوْلَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَّهٗ كُفُوًا اَحَدٌo

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص یہ کلمات کہے گا تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے بیس لاکھ نیکیاں لکھے گا چونکہ رمضان المبارک میں ہر عمل کا ثواب ستر گناہ بڑھ جاتا ہے تو ایک دفعہ پڑھنے سے چودہ کروڑ نیکیاں لکھی جائیں گی اور جس قدر زیادہ پڑھے گا اتنا ہی زیادہ ثواب پائیگا۔ **(مشکوٰۃ)**

(بقیہ: معدے کا علاج، مریض اور الہامی نسخہ)

اور صحت کم ذائقہ زیادہ۔ پھر اس ذائقے کے معیار کو سامنے رکھتے ہوئے نامعلوم کیا کیمیکل اور مصالحہ جات ڈالے جاتے ہیں۔ میں نے انہیں یہ نسخہ الہامی دیا اور کچھ ہفتے استعمال کرنے کو کہا۔ پھر دوبارہ ملاقات میں 80 فیصد ادویات چھوٹ گئیں اور مریض پہچانا نہیں جاتا تھا کہ اتنا صحت مند تھا۔ ایک مریض عمر تقریباً 47 سال موصوف ایک بڑی کمپنی کے میڈیکل ریپ تھے۔ شہر شہر پھرنا اور اپنا کاروبار کرنا۔ ان کا مسئلہ یہ تھا کہ کوئی کھایا پیا ہضم نہیں ہوتا تھا اور بھوک نہیں لگتی تھی پیٹ پھولتا جارہا تھا جسم بڑھتا اور موٹاپا چھا رہا تھا۔ چہرہ بے رونق اور مردہ۔ ساتھ ہی دل کے امراض اور ہائی بلڈ پریشر، بے خوابی، ڈیپریشن اور ٹینشن نے مزید گھریلو زندگی کو جہنم بنادیا تھا۔ ان کے حالات کو سامنے رکھ کر یہی نسخہ استعمال کرایا اور کچھ عرصے بعد مریض کے حالات بہت اچھے ہوگئے کہنے لگا کہ اب احساس ہوا ہے کہ میں زندہ لوگوں کی فہرست میں ہوں ورنہ میں نے آج تک سکھ کا سانس لیا ہی نہیں تھا۔ وہ خواتین جو موٹاپے، معدے کی گیس، بادی، بھوک کی کمی، دائمی قبض یا غذائی بدہضمی بے خوابی اور حتیٰ کہ ایام میں بے قاعدگی یا رکاوٹ محسوس کرتی ہوں۔ چند ہفتے باقاعدگی سے یہ نسخہ استعمال کریں۔ اس طرح مردوں کیلئے بھی یہ فارمولہ کہ جن کا کام ٹینشن اور اعصابی کھچاؤ دباؤ کا ہے معدے کے پرانے مریض ہیں جگر کا نظام متاثر ہے۔ بے خوابی، پریشانی اور جسمانی اعصابی بے طاقتی اور کھچاؤ کے مریض ہوں حتیٰ کہ تجربات میں تو یہ سفوف بواسیر دائمی ہر قسم پر بہت مؤثر ثابت ہوا۔ بہرحال معدے کے ہر قسم کے مریضوں میں اس کے کمالات اور فوائد بہت ہی زیادہ آزمائے گئے آپ بھی آزمائیں اور دعائیں دیں۔

راتوں کی عبادت سے زیادہ پسند (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

(بقیہ: رمضان! عبادات کے دن عبادت کی راتیں)

ہے۔ حضرت فاطمہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا نے عرض کی اے ابا جان! وہ ضعیف مرد اور عورتیں کیا کریں جو قیام پر قدرت نہیں رکھتے؟ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ”کیا وہ تکیے نہیں رکھ سکتے جن کا سہارا لیں اور اس رات کے لمحات میں سے کچھ لمحات بیٹھ کر گزاریں اور اللہ تعالیٰ سے دعا مانگیں، لیکن یہ بات اپنی امت کے تمام ماہ رمضان کو قیام میں گزارنے سے زیادہ محبوب ہے۔ حضرت عائشہ صدیقہؓ سے مروی ہے کہ حضور نبی ﷺ نے فرمایا کہ جس نے شب قدر جاگ کر گزاری اور اس میں دو رکعت (نفل) نماز ادا کی تو اللہ تعالیٰ نے اسے بخش دیا ہے۔ اسے اپنی رحمت میں جگہ دیتا ہے اور جبرئیل علیہ السلام اس پر اپنے پَر پھیرتے ہیں اور جس پر جبرئیل علیہ السلام نے اپنے پَر پھیریں وہ جنت میں داخل ہوگا۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں رات کو جو کوئی دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۃ الفاتحہ کے بعد سات سات مرتبہ سورۃ اخلاص پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ یہ تسبیح پڑھے۔ **اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الْعَظِيْمَ الَّذِىْ لَآ اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَىُّ الْقَيُّوْمُ وَ اَتُوْبُ اِلَيْهِo** تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کے ماں باپ اور اس کے گناہوں کی بخشش ہو جائے گی۔ پروردگار عالم اس کے والدین کی مغفرت فرمائے گا اور اسے جنت میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے گا اس کے علاوہ اس نماز کے پڑھنے والے کو نیکی کے کام کرنے کی توفیق عطا فرمائے گا۔ جو کوئی رمضان المبارک کی ستائیسویں شب چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۃ قدر اور پچاس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور پھر نماز سے فارغ ہونے کے بعد بارگاہ الٰہی میں سجدہ ریز ہوکر نہایت یکسوئی کے ساتھ دعا مانگے، جو بھی جائز حاجت ہوگی انشاء اللہ تعالیٰ پوری ہوگی۔ رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو جو کوئی ساتوں حم والی سورتیں پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اسے گناہوں کی معافی عطا ہوگی۔ جو کوئی رمضان المبارک کی ستائیسویں شب کو دو دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ الم نشرح اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ستائیس مرتبہ سورۂ القدر پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ اسے ثواب عظیم حاصل ہوگا۔

انتیسویں شب: جو کوئی رمضان المبارک کی اُنتیسویں رات کو سات مرتبہ سورۂ الواقعہ پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اس کے رزق میں خوب اضافہ ہوگا۔ رمضان کی اُنتیسویں رات کو جو کوئی چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ القدر اور تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز

بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے

بعد مجھے بہت اچھا محسوس ہورہا تھا یعنی میرا منہ ایسا میٹھا ہوگیا تھا کہ میں پانی پیتی تو وہ میٹھا محسوس ہوتا تھا۔ یہ سب اس محفل کی برکت سے ہے۔ حکیم صاحب! اس روحانی محفل کی بدولت میرے کچھ لوگوں سے بگڑے ہوئے تعلقات ٹھیک ہوگئے۔ یعنی اس محفل کی وجہ سے میرا دل موم کی طرح نرم اور مکھن کی طرح ملائم ہوگیا سب سے بڑا فائدہ ہی یہ ہوا ہے کہ لوگوں سے تعلقات اچھے ہوگئے یہ سب روحانی محفل کی وجہ سے ممکن ہوا ہے۔ (ایک بہن)

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

63

ماہنامہ عبقری لاہور

®

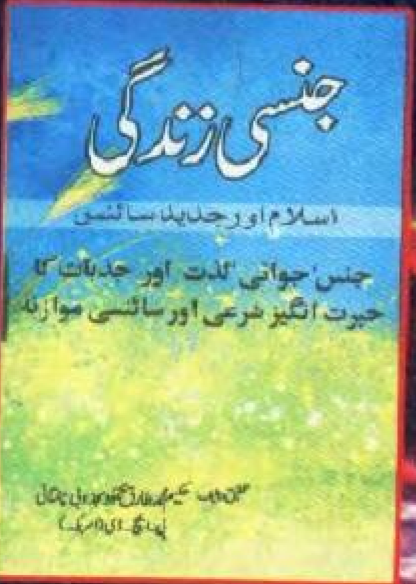
ستمبر 2011ء بمطابق شوال المکرم 1432ء ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی



ازدواجی خوشیوں کو بحال کرنے اور بکھرے خاندان کو سمیٹنے کے ازلی راز ضرور پڑھیں!

- انسان کا ہر عمل اس کے رزق پر اثر ڈالتا ہے
- لہسن سے فالج، لقوہ اور گٹھیا سے نجات
- رش اور ٹریفک سے نجات دہندہ سورۃ
- گھیگوار کا حلوہ کھائیں قد بڑھائیں
- لاکھوں میل دور بیٹھے ذہن سے رابطہ
- فولاد اور ملٹھی سے فائدے پوچھیں
- خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ کا خاص عمل
- مال میں برکت کیلئے درود شریف
- نجانے وہ کوا اور کتا آخر کیا تھے؟
- اِدھر وظیفہ پڑھا اُدھر درد غائب
- دشمن پر غلبہ پانے کا انوکھا انداز
- تین ماہ بعد بھی کفن صاف تھا

انشاء اللہ
حضرت حکیم صاحب کا
2012ء کا شیڈول

جہانیاں (درس)
سکھر (درس)
گجرات (درس)
اٹک (کلینک)
باغ آزاد کشمیر (کلینک)
پشاور (کلینک)
کراچی (کلینک)
فیصل آباد (کلینک)
کوئٹہ (کلینک)
مظفر گڑھ (کلینک)

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)
16 اکتوبر بروز اتوار 2011ء (درس)

جلسہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں۔

عَبۡقَرِیٍّ حِسَانٍ ﴿۷۶﴾ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ ﴿۷۷﴾ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب، جناب حکیم محمد رمضان چغتائی

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 3 | جلد نمبر 6 | ستمبر 2011ء بمطابق شوال المکرم 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

ستمبر 2011ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

(ایڈیٹر) حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی ہاشمی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

عبقری ٹرسٹ کی خدمات

حسب سابق خدمات کے بعد اس ماہ بھی عبقری ٹرسٹ سے ایک ٹرک لاوارث' یتیم' بیوہ اور مفلس غریب اور بیمار لوگوں کے پاس بھیجا اور ایک ایک شخص کے دروازے تک پہنچایا گیا تاکہ غریب کی عزت نفس مجروح نہ ہو۔ تفصیل سامان: چارپائی 18 عدد' سنگل بیڈ 2 عدد' پیٹی بمعہ سٹینڈ 3 عدد' کمبل 4 عدد' سائیکل 1 عدد' اوون چھوٹا 1 عدد' ڈریسنگ ٹیبل 1 عدد' ڈرم آٹے والا 1 عدد' لیڈیز سوٹ 300 سے زائد' مردانہ سوٹ 250 سے زائد' بچگانہ سوٹ 500 سے زائد' سکول بیگ' اٹیچی کیس۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔
بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔
وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائیگی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

نقشہ کیلئے مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری سٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر پہنچیں بلٹی کرادیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون / فیکس 042-37552384,37597605,37586453

رات بھر عبادت گزاروں میں شمار

حضرت نعمان بن بشیر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا آسمان کی پیدائش سے دو ہزار سال پہلے اللہ تعالیٰ نے کتاب لکھی۔ اس کتاب میں سے دو آیتیں نازل فرمائیں جن پر اللہ تعالیٰ نے سورہ بقرہ کو ختم فرمایا۔ یہ آیتیں جس مکان میں تین رات تک پڑھی جاتی رہیں شیطان اس کے نزدیک بھی نہیں آتا۔ حضرت ابومسعود انصاری رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص سورۃ بقرہ کی آخری دو آیتیں کسی رات میں پڑھ لے تو یہ دونوں آیتیں اس کیلئے کافی ہو جائیں گی۔ ☆حضرت شدّاد بن اوس رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو مسلمان بھی بستر پر جا کر قرآن کریم کی کوئی سی بھی سورت پڑھ لیتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کی حفاظت کے لئے ایک فرشتہ مقرر فرما دیتے ہیں۔ پھر جب بھی وہ بیدار ہو اس کے بیدار ہونے تک کوئی تکلیف دہ چیز اس کے قریب بھی نہیں آتی۔ ☆حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو شخص رات میں سو آیات کی تلاوت کرے وہ اس رات عبادت گزاروں میں شمار کیا جائے گا۔

جو میں نے دیکھا' سنا اور سوچا

حال دل

ایڈیٹر کے قلم سے

نظر بد کا تیر

قارئین! صدیوں سے نہیں بلکہ ہزاروں سالوں سے نظر بد ایک مسلمہ حقیقت کے طور پر جانی گئی ہے۔ حضور سرور کونین ﷺ نے بھی احادیث میں اس کی تصدیق فرمائی ہے۔ مشاہدات اور واقعات نے اس کو اور زیادہ مسلمہ قرار دیا ہے بلکہ ان لوگوں نے بھی اس کو تسلیم کیا ہے جو نظر بد کو قدیم دور کی بات کہتے تھے حتیٰ کہ جدید سائنس کے شعبہ پیرا سائیکالوجی نے نظر بد پر تحقیق کی اور تحقیق کے بعد اس پر پہنچے ہیں کہ انسان کی آنکھوں سے پازیٹو اور نیگیٹو دونوں ریز نکلتی ہیں اور بعض لوگ ایسے ہیں کہ جن کی آنکھوں سے صرف اور صرف نیگیٹو ریز نکلتی ہیں اور طاقتور وولٹیج کے ساتھ نکلتی ہیں جو کہ اپنے مدمقابل کو صرف دیکھنے سے ہی نقصان پہنچاتی ہیں حتیٰ کہ کتابوں میں یہاں تک لکھا ہے کہ نظر بد انسان کو قبر میں اور اونٹ کو ہانڈی تک پہنچا دیتی ہے۔ آج کچھ نظر بد کے واقعات آپ کی خدمت میں عرض کرتا ہوں۔ میں اپنے روحانی سفر کے سلسلے میں سندھ نواب شاہ گیا ایک صاحب نے مجھے ایک واقعہ سنایا بتانے لگے کہ میرا بیٹا بہت خوبصورت گول مٹول تھا' ہر بندہ اسے چومتا پیار کرتا چھوٹا سا تھا۔ بڑا ہوا تو میں نے اسے قرآن پاک حفظ کیلئے ڈالا جب اس نے تیرہ پارے ختم کیے بہت اچھا قرآن پڑھتا تھا اور بہت اچھا اس کا لہجہ تھا اور بہت خوبصورت انداز تھا۔ لیکن تیرہ پارے ختم کرنے کے بعد ایسی نظر لگی کہ اس کا سارا رنگ سیاہ ہو گیا جو کہ میں نے خود دیکھا کہ ابھی تک سیاہ ہے اور تیرہ پارے قرآن کے یکسر بھول گئے بلکہ ذہنی طور پر کمزور ہو گیا' وہ بچہ جو اس سے پہلے بہت صحت مند اور تندرست تھا' وہی ذہنی معذور اور کمزور ہو گیا۔ زندگی کے ہر میدان میں پیچھے رہ گیا' قرآن پاک نہ پڑھ سکا' اسے سکول میں ڈالا گیا لیکن سکول کی کتابوں میں بھی ناکام ہو گیا۔ حتیٰ کہ اس کو کسی مکینک کے پاس بٹھا دیا گیا اور وہ مکینک بن گیا ہے اور اپنی مزدوری کر رہا ہے۔ حیرت کی بات یہ ہے کہ نہ اس کا وہ ذہن ہے جو پہلے تھا' نہ پہلے جیسی صورت ہے' بلکہ ایک سیاہ جلی ہوئی جلد کا مالک ایک جوان ہے جو اس بات کی واضح دلیل ہے کہ نظر بد کی کوئی حقیقت ہے۔ اس سے بھی اگلی بات ان کے والد کہنے لگے جب اس کو نظر بد لگی تو یہ گونگا اور بہرہ ہو گیا نہ بول سکتا تھا' نہ سن سکتا تھا' اس کا بہت علاج کیا اور روحانی علاج کیا۔ آخر اللہ کے کرم سے گونگا بہرہ پن تو ختم ہو گیا لیکن اس کی جلد کی سیاہی ختم نہیں ہو سکی جو کہ اب تک ویسے ہی موجود ہے۔ پچھلے دنوں ایک پہاڑی علاقے کے سفر میں تھا' نظر بد کی بات چلی تو ایک صاحب کہنے لگے میرا بیٹا پیدا ہوا' پہلا پہلا بیٹا تھا' بہت خوبصورت صحت مند تھا۔ میں شہر میں رہتا ہوں' ویسے میں دراصل گاؤں کا ہوں۔ گاؤں لے کر گیا تو لوگوں نے مجھے کہا کہ ایک عورت ہے یہاں جو نظر بد میں بہت زیادہ پرتاثیر ہے جس کو بھی دیکھتی ہے اس کا نقصان ہو جاتا ہے۔ میں نے بچانے کی بہت کوشش کی شوق ہی شوق میں اسے میں اپنے بازو پر اٹھا کر کندھے سے لگا کر باہر لے گیا تو اچانک وہ سامنے سے عورت آئی اور دیکھ کر کہنے لگی ہائے! اتنا خوبصورت تیرا بیٹا' تو نے دکھایا ہی نہیں' کب پیدا ہوا؟ میں نے بات کو آیا گیا کر دیا' لیکن شام تک بچہ بیمار ہو گیا' اسے ڈاکٹر کے پاس لے گیا' ڈاکٹر نے کہا یہ کیس میری سمجھ سے بالاتر ہے' بڑے شہر کے ہسپتال میں گئے تو انہوں نے تشخیص کی کہ بچے کا دل پھٹ گیا ہے وجہ کچھ سمجھ میں نہیں آ رہی اور چند ہی دنوں میں بچہ مر گیا۔ انہوں نے یہ واقعہ سنایا کہ ہمارے علاقے میں دو آدمی تھے جو نظر لگانے میں بہت مشہور تھے' گاؤں میں آٹا پیسنے کی چکی تھی' ایک دفعہ دونوں نظر لگانے کے واقعات ایک دوسرے کو بتا رہے تھے کہ میں نے اپنی نظر سے یہ کارنامہ سرانجام دیا' دوسرا کہنا لگا میں نے یہ کارنامہ انجام دیا۔ باتوں ہی باتوں میں ایک دوسرے سے مقابلہ لگ گیا کہ گاؤں میں آٹا پیسنے والی چکی کا پتھر کون توڑتا ہے؟ اب دونوں چل دیئے۔ چکی چل رہی تھی' اور آٹا پیس رہی تھی' ایک شخص نے اپنی بھرپور نظر سے اسے دیکھا' باوجود کوشش کے وہ چکی یعنی پتھر کا پاٹ نہ توڑ سکا' اب دوسرے کی باری آئی' دوسرے نے اس چکی کو توڑا' یعنی نظر اور اتنی بھرپور نظر ڈالی کہ چکی ٹوٹ گئی اور وہ خوشی خوشی واپس آ گیا۔ بعد میں بات کھلی تو پتہ چلا کہ یہ دو نظر ڈالنے والوں کے کمال اور کرشمے تھے۔ ایک صاحب بتانے لگے ہمارے ہاں ایک عورت نظر کے معاملے میں بہت ہی زیادہ مشہور تھی' ایک دفعہ میں اپنے بچے کو گھوڑی پر سوار کروا کر لے جا رہا تھا' دیکھا کہ وہ نظر لگانے والی عورت آ رہی تھی' اس نے آنکھیں پھاڑ کر دیکھا اور کہا واہ! گھوڑی بھی خوبصورت اور بچہ بھی خوبصورت۔ تھوڑی دیر کے بعد بچہ اور گھوڑی دونوں سخت بیمار ہو گئے۔ قارئین! یہ چند واقعات میں نے آپ کی خدمت میں عرض کیے ہیں' جو کہ بالکل حقیقت ہیں' پڑھنے والوں کے پاس اس کے طرح کے بے شمار واقعات ہوں گے' جس سے نظر لگنے کی حقیقت واضح ہو جاتی ہے' واقعی ہی نظر بالکل حقیقت ہے اور اس کا حق ہونا بالکل واضح ہے۔ اسلام نے مشاہدات و واقعات میں' تجربات میں' حتیٰ کہ سائنس نے بھی اس کی تصدیق کر دی ہے۔ آپ کے پاس اگر اس طرح کے واقعات ہوں تو ضرور لکھیں۔

درسِ روحانیت و امن

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

بے قیمت اشیاء برکت کا ذریعہ: برکت والے اعمال کو سوچیں میں نے ایک شخص کو دیکھا پرانے استعمال کیے ہوئے قلم پھینکتے نہیں تھے غریبوں کے چھوٹے بچوں کو دے دیتے کہ وہ کھیلیں گے، پرفیوم کی پرانی بوتلیں پھینکتے نہیں تھے غریبوں کے بچوں کو دے دیتے کہ وہ ان خوشبو کی بوتلوں سے کھیلیں گے، پرانے جوتے خراب ہونے سے پہلے پہلے لوگوں کو منتقل کر دیتے، کوئی پہن لے گا وہ دعا دے گا، فرمایا جس کے تن پہ تیرا کپڑا رہے گا اور جب تک رہے گا اللہ تجھے عذاب سے بچائے گا۔ یہ برکت والے اعمال ہیں۔ ۲) میں ایک گھر میں گیا تو ان کے وہاں جوتوں کی لائنیں لگی ہوئی تھیں اور جوتے ٹیڑھے ہو گئے تھے۔ میں نے ان سے یہی عرض کیا کہ اللہ نے آپ کو آسانی دی ہے چیزوں کی فراوانی دی ہے ان کو کسی غریب کو دے دیں۔ ۳) ایک صاحب مجھے اپنے گھر لے گئے اور انھوں نے بڑا اچھا مکان بنایا ہوا تھا، انہوں نے جب الماریاں کھول کر دکھائیں ان کے سوٹ سوڈیڑھ سو تھے میں نے کہا: آپ کتنے پہنتے ہو؟ کہنے لگے عمومی طور پر پانچ چھ پہنتا ہوں۔ میں نے کہا: باقی سارے دے دو! ہاں دے دیں آپ کو اللہ اور دے گا اس سے بہتر دے گا چن چن کے غریبوں کو ضرورت مندوں کو دیں آپ کو اللہ اور دے گا ہاں جو ضرورت ہے وہ اپنے پاس رکھیں اور اس کے علاوہ دے دیں یہ برکت والا عمل ہے۔ ۴) ایک اللہ کی نیک خاتون نے دس انڈے اللہ کے راستے میں دیئے۔ یعنی کسی کی مدد کی۔ دوسرے دن ایک صاحب ان کو انڈے دینے آئے تھال بھرا ہوا تھا انڈوں کا۔ اپنی لونڈی سے کہنے لگیں: گنو! لونڈی نے گن کر بتایا کہ ننانوے انڈے ہیں ایک کم ہے۔ کہنے لگیں واپس کر دو ہمارے سو تھے دس دنیا اور ستر آخرت۔ پتہ چلا کہ اس نے اٹھا کر جیب میں رکھا ہوا تھا گھر والوں نے سو بھیجے تھے۔

بیت الخلاء کی سنت برکت کا ذریعہ: میرے محترم دوستو! برکتوں والے اعمال کو سوچیں کہ کن اعمال سے برکت ہوتی ہے بیت الخلا میں سنت کے مطابق جانے سے برکت ہوتی ہے بیماریاں ختم ہوتی ہیں۔ پریشانیاں ختم ہوتی ہیں اور اگر بیت الخلا میں سنت کے مطابق نہ جائے گا لا علاج بیماریاں ہوں گی۔ ایک صاحب کشف نے مجھے بتایا کہنے لگے کہ کئی جنات ایسے ملے انہوں نے ہمیں بتایا کہ ہم شیاطین جنات بیت الخلا میں رہتے ہیں اور جو شخص سنت کے خلاف ہمارے پاس آتا ہے اور دعا نہیں پڑھتا لا علاج بیماریاں پیدا ہوتی ہیں کینسر جیسی لا علاج بیماریاں، جس کا دنیا میں کوئی علاج نہیں۔ برکت والے اعمال، برکت والی تسبیحات، اپنی زندگیوں میں ان کو اپنائیں، اپنے وجود کا حصہ بنائیں، ان کو اپنی زندگیوں کا حصہ بنائیں، اللہ کی قسم کہہ رہا ہوں زندگی سنور جائے گی اللہ خزانہ غیب سے کائنات کا نظام ہمارے لئے موافق کر دے گا۔

بانگِ مرغ اور تلاوت قرآن: (الف) دیکھیں تو سہی کہ اللہ کائنات کا نظام ہمارے لئے کیسے موافق کر دے گا دیکھیں اللہ برکتوں کے رحمتوں کے دروازے کیسے کھولتا ہے کن کن گھڑیوں کے اندر دعائیں قبول ہوتی ہیں ایک شخص مجھے کہنے لگے میں تہجد پڑھ رہا تھا تو مرغ نے بانگ دی۔ تو میں نے کہا واہ واہ اب تو حضوری کا وقت آ گیا۔ اب تو برکت کا وقت آ گیا۔ میرے آقا سرور کونین ﷺ نے فرمایا مفہوم ہے ”حیوٰۃ الحیوان“ میں لکھا ہے فرمایا: مرغ جب اذان دیتا ہے تو رحمت کا دروازہ کھلتا ہے اور جو دعا مانگو قبول ہوتی ہے اور ایک اور حدیث کا مفہوم ہے کہ سرور کونین ﷺ سفر میں مرغ کو اپنے ساتھ رکھتے تھے اور فرماتے تھے کہ مرغ تہجد کیلئے اٹھاتا ہے ”مرغ سحر خیز“ برکت کی گھڑی ڈھونڈیں کہ کونسی گھڑیاں برکت کی ہیں۔ (ب) کوئی مشکل ہے‘ کوئی پریشانی ہے‘ کوئی غم ہے‘ کوئی کڑھن ہے‘ کوئی درد ہے فرمایا آدمی سورہ یٰسین پڑھتا رہے یا سورہ آل عمران کی پہلی آیت عصر سے مغرب تک پڑھتا رہے اور جب موذن اذان دے اس وقت سجدے میں چلا جائے۔ اس وقت سجدے کا وقت ہو چکا ہوتا ہے اور اللہ پاک کی بارگاہ میں اپنی فریاد مانگے فرمایا سات جمعہ نہیں گزریں گے اللہ پاک اس کے لئے مشکل کشائی کر دے گا۔

چھوٹے عمل برکت زیادہ: برکت والی گھڑیاں کونسی ہیں؟ یہ چند برکت والی چیزیں ہیں۔ ۱) صدقہ برکت والا عمل ہے ۲) رات کے آخری پہر کی دعا برکت والا عمل ہے۔ ۳) ہر وقت باوضو رہنا برکت والا عمل ہے۔ ۴) گھروں میں سلام کو عام کرنا برکت والا عمل ہے۔ عورتیں بھی سلام کریں مرد بھی سلام کریں۔ ایک دوسرے کو سلام کریں اللہ جل شانہٗ ان کے لئے سلامتی ضرور واجب کرے گا اور اللہ ان کے لئے برکت کے دروازے کھولے گا۔ اپنے لئے برکت کے دروازے کھلوائیں۔ ۵) حدیث کے الفاظ ہیں سرور کونین ﷺ نے فرمایا مفہوم ہے۔ ”جمعہ کے دن ایک ایسی گھڑی ہے اس میں جو دعا مانگو قبول ہوتی ہے“۔ اکثر محدثین کہتے ہیں: وہ گھڑی عصر سے مغرب کے درمیان ہے اور بعض محدثین کہتے ہیں وہ اس وقت ہے۔ جب موذن اذان دے رہا ہوتا ہے سورج بالکل غروب ہو چکا ہوتا ہے۔

۶) اپنے لباس میں برکت حاصل کریں۔ ۷) اپنے خیال میں برکت حاصل کریں۔ ۸) اپنی نگاہ میں برکت حاصل کریں۔ ۹) اپنی دعا میں برکت حاصل کریں۔ میرے دوستو! اللہ کے ہاں اس چیز کی بڑی قیمت ہے تلاش میں رہیں ہر وقت۔

اعمال ”برکت کا مقناطیس“ بن جائیں: میں ٹیکسلا سے پنڈی کی طرف آ رہا تھا تو میں نے دیکھا کہ ایک شخص نیچے سے یوں دیکھتا ہوا آ رہا ہے اور ساتھ کچھ چیز گھسیٹ بھی رہا ہے میرے ساتھ بریگیڈیئر امجد صاحب تھے کہنے لگے یہ کیا ہے؟ جب وہاں سے گزر گئے تو کہنے لگے آپ نے نہیں دیکھا اس نے رسی کے ساتھ مقناطیس باندھا ہوا ہے سڑک کے دائیں بائیں لوہے کو تلاش کر رہا یہ اپنی آنکھوں سے بھی لوہے کو تلاش کر رہا اور چلتا جائیگا میلوں تک اور کوئی تو لوہا مقناطیس کیساتھ چپک جائیگا۔ میرے دل میں خیال آیا کہ لوہے کی تلاش اتنی کیوں؟ اس سے پیٹ بھرے گا یعنی لوہے کو بیچے گا۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کیلئے ڈھیروں دعائیں دل سے نکلتی ہیں‘ شکر ہے کہ اللہ نے اچھا رستہ دکھا دیا میں ایک جمعرات ہو کر جاتی ہوں تو اگلی جمعرات کا انتظار شروع ہو جاتا ہے‘ میں اپنے پورے ہفتے کا سکون اور چین لے کر جاتی ہوں‘ خدا کی قسم میرا گھر سکون سے بھر گیا ہے‘ نہ لڑائی‘ نہ پریشانی سب پر جیسے جھاڑو پھر گیا ہو‘ میں بس بچوں کیلئے پریشان ہوں وہ نماز کی طرف نہیں آتے‘ کبھی کبھار پڑھ لیتے ہیں‘ پابندی نہیں کرتے۔ حکیم صاحب! میں لو بلڈ پریشر کی مریضہ تھی اور جب تک مجھے ڈرپ نہ لگتی اور اس میں تقریباً پانچ چھ انجکشن بھی لگتے تھے۔ اور پھر مجھے نیند کا انجکشن لگتا تھا اسی طرح کر کر کے اب یہ حال تھا کہ جب نیند کا انجکشن لگتا تو مجھے اثر ہی نہیں ہوتا تھا یعنی عادی ہو گئی تھی۔ جب سے درس اور اعمال شروع کیے ہیں تقریباً ایک سال ہو گیا نہ ڈرپ نہ انجکشن سب کچھ ختم ہو گیا۔ **(ایک بہن)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

پردے کا حکم کیسے نازل ہوا؟

محمد اویس

حضور ﷺ نے فرمایا "مجھے تو ان عورتوں پر تعجب ہوا کہ یہ میرے پاس بیٹھی تھیں، جب انہوں نے تمہاری آواز سنی تو گھبرا کر پردہ تلاش کرنے لگ پڑیں" حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا "یارسول اللہ ﷺ آپ اس بات کے زیادہ حقدار ہیں کہ یہ آپ ﷺ سے ڈریں"

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا رعب

ایک مرتبہ قریش کی کچھ عورتیں حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر تھیں اور حضور ﷺ سے گفتگو کے دوران اپنی آواز کو اونچا کر رہی تھیں، اتنے میں حضرت عمر رضی اللہ عنہ حاضر خدمت ہوئے اور اندر آنے کی اجازت طلب کی۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی آواز سن کر وہ عورتیں پردہ میں چھپ کر ایک طرف ہو کر بیٹھ گئیں، حضور ﷺ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو اجازت دیدی جب حضرت عمر رضی اللہ عنہ اندر داخل ہوئے تو حضور ﷺ مسکرا رہے تھے، حضور ﷺ کو مسکراتے دیکھ کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے دعا دی "اے اللہ کے رسول ﷺ اللہ تعالیٰ آپ کو ہنساتا رہے"

حضور ﷺ نے فرمایا "مجھے تو ان عورتوں پر تعجب ہوا کہ یہ میرے پاس بیٹھی تھیں، جب انہوں نے تمہاری آواز سنی تو گھبرا کر پردہ تلاش کرنے لگ پڑیں" حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا "یارسول اللہ ﷺ آپ اس بات کے زیادہ حقدار ہیں کہ یہ آپ ﷺ سے ڈریں" پھر ان عورتوں کو مخاطب کرتے ہوئے کہا اے اپنی جان کی دشمن عورتو! تم مجھ سے ڈرتی ہو لیکن اللہ کے رسول ﷺ سے نہیں ڈرتیں" عورتوں نے جواب دیا ہاں! تم رسول اللہ ﷺ سے زیادہ سخت اور گرم مزاج ہو" حضور ﷺ نے فرمایا: "اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے! شیطان تجھے دیکھ کر اپنا راستہ تبدیل کر لیتا ہے۔"

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا علم

ایک مرتبہ ایک یہودی آدمی نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے کہا اے امیر المومنین تمہاری کتاب میں ایک آیت ایسی ہے جس کو تم پڑھتے ہو اگر وہ آیت ہم یہودیوں پر نازل ہوتی تو ہم اس دن کو عید کا دن قرار دے دیتے" حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے اس آیت سے متعلق دریافت کیا تو یہودی نے کہا: وہ آیت یہ ہے: ترجمہ: "آج ہم نے تمہارے لیے دین کامل کر دیا اور اپنی نعمتیں تم پر پوری کر دیں اور تمہارے لیے دین اسلام کو پسند کیا" حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے فرمایا: مجھے اس جگہ اور اس دن کا بھی علم ہے جہاں یہ آیت نازل ہوئی، یہ آیت یوم عرفہ کو جمعہ کے دن حضور ﷺ پر نازل ہوئی۔

حضور نبی کریم ﷺ کا خواب

ایک مرتبہ آنحضرت ﷺ نے اپنے ایک خواب کا حال سناتے ہوئے فرمایا "میں سویا ہوا تھا کہ میں نے خواب میں دیکھا کہ لوگوں کو میرے سامنے لایا جارہا ہے ان پر مختلف قسم کی قمیصیں ہیں، بعض قمیصیں چھاتی تک ہیں اور بعض کی اس سے بھی چھوٹی ہیں، اس دوران عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کو بھی میرے سامنے لایا گیا اس کی قمیص اتنی لمبی تھی کہ وہ اسے گھسیٹتے ہوئے آرہے تھے، لوگوں نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ آپ اس کی کیا تعبیر کرتے ہیں؟ حضور ﷺ نے فرمایا اس سے مراد دین داری ہے۔

دودھ کی تعبیر

حضرت ابن عمر رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا ہے کہ "میں نے خواب میں دیکھا کہ دودھ کا ایک پیالہ مجھے پیش کیا گیا اور میں نے اس میں سے پیا یہاں تک کہ میں نے دیکھا کہ اس کی طراوت میرے ناخنوں سے نکل رہی ہے پھر میں نے باقی ماندہ دودھ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو دیدیا، لوگوں نے اس کی تعبیر دریافت کی تو حضور ﷺ نے فرمایا "اس سے مراد علم و دانش ہے۔"

فراست عمرؓ

ایک مرتبہ حضور اقدس ﷺ نے اپنے صحابہ رضوان اللہ علیہم سے فرمایا "تمہیں بھی مبارک ہو اور لوگوں کو خوشخبری دیدو کہ جو شخص بھی دل کی صداقت کے ساتھ لا الہ الا اللہ کا اقرار کرے گا جنت میں داخل ہوگا" چنانچہ وہ حضرات لوگوں کو خوشخبری سنانے کیلئے اٹھ کھڑے ہوئے سب سے پہلے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے ان کی ملاقات ہوئی لوگوں نے انہیں یہ خوشخبری سنائی تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے انہیں واپس بھیج دیا، رسول اللہ ﷺ نے دریافت فرمایا کہ "تمہیں کس نے واپس بھیجا؟" لوگوں نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا نام لیا، حضور ﷺ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے اس کی وجہ پوچھی تو انہوں نے عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! اس طرح تو لوگ اسی پر بھروسہ کر کے بیٹھ جائیں گے۔"

آیت حجاب کا نزول

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ حضور ﷺ کی ازواج مطہرات رفع حاجت کیلئے وسیع میدان میں جایا کرتی تھیں۔ شدت غیرت کی وجہ سے حضرت عمر رضی اللہ عنہ پر یہ بات شاق گزرتی تھی اور آپ اس کا ذکر حضور ﷺ سے بھی کرتے تھے تاکہ انہیں روک دیں لیکن قبل از نزول وحی آپ نے ایسا نہ کیا۔

ایک رات ام المومنین حضرت سودہ بنت زمعہ رضی اللہ عنہا باہر آئیں، وہ ایک دراز قامت خاتون تھیں، حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے انہیں پکار کر کہا "اے سودہؓ! ہم نے آپ کو پہچان لیا ہے۔" یہ بات انہوں نے اس خواہش سے کی کہ حجاب (پردہ) کا حکم نازل ہو جائے پس اللہ تعالیٰ نے پردہ کا حکم نازل فرمایا۔

منافق کا جنازہ

جب رئیس المنافقین عبداللہ بن ابی کا انتقال ہو گیا تو اس کا بیٹا حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہنے لگا "مجھے اپنی قمیص عطا فرما دیجئے جس میں میرے والد کو کفن دیا جائے" حضور ﷺ نے اپنی قمیص عطا فرما دی تو اس نے کہا کہ "میرے والد کا جنازہ بھی پڑھا دیجئے" حضور ﷺ اس کا جنازہ پڑھانے کیلئے چل پڑے۔ اس صورت حال کو دیکھ کر حضرت عمر رضی اللہ عنہ اٹھے اور جا کر حضور ﷺ کا دامن تھام لیا اور عرض کیا یارسول اللہ ﷺ آپ ﷺ اس کی نماز جنازہ پڑھانا چاہتے ہیں حالانکہ اللہ تعالیٰ نے آپ کو ایسا کرنے سے منع کیا ہے۔ حضور ﷺ نے فرمایا اللہ تعالیٰ نے مجھے اختیار دیا ہے اور فرمایا ہے: ترجمہ: "تم ان کیلئے بخشش مانگو یا نہ مانگو (بات ایک ہی ہے) اگر تم ان کیلئے ستر دفعہ بھی بخشش مانگو گے تو بھی خدا ان کو نہیں بخشے گا۔"

حضور ﷺ نے فرمایا: پس میں اس کیلئے ستر سے زیادہ مرتبہ استغفار کروں گا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے عرض کیا "یہ تو منافق ہے" حضور ﷺ نے از راہ شفقت اس کی نماز جنازہ پڑھا دی لیکن اللہ تعالیٰ نے حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی تائید میں مندرجہ ذیل آیت کو نازل فرمایا: "اور (اے پیغمبر) ان میں سے کوئی مر جائے تو کبھی اس کے جنازہ پر نماز نہ پڑھانا اور نہ قبر پر جا کر کھڑے ہونا۔"

خونی بواسیر کا آسان علاج

کچے ناریل پر بھورے رنگ کے ریشے لیں اور انہیں جلا کر راکھ بنالیں اور محفوظ کرلیں ہر روز بکری کے دودھ کیساتھ ایک ماشہ کھلاتے جائیں۔ انشاءاللہ شفاء ہوگی۔ **(عبدالرحمٰن، لاہور)**

بشیر محمود

بچے کی تربیت کے بہترین انداز

کسی فارغ لمحے ہم بچے کو پاس بلا سکتے ہیں نرمی اور محبت سے اس عادت کا اس سے ذکر کریں اور اسے بتائیں کہ آیئے مل کر اس عادت سے چھٹکارا حاصل کریں۔ اگر بچہ دست تعاون دراز کرے تو کام آسان ہو جائیگا۔

عادات سے مراد ایسی باتیں ہیں جو ہمارے اندر رچ بس جاتی ہیں اور پھر ان کو بدلنا دشوار ہو جاتا ہے۔ نوجوانوں کی طرح بچے بھی اچھی یا بری باتیں اپنا لیتے ہیں اور جب ہم چاہتے کہ بری عادت والا بچہ اچھی عادت اپنا لے تو ہمیں کامیابی نہیں ہوتی۔

اب دیکھئے ناخن کاٹنا یا بے ہنگم طریقے سے چلنا کوئی سماجی برائی نہیں تاہم ان عادات کی حوصلہ افزائی بھی تو نہیں کی جاسکتی اسی طرح دوسری عادات ہیں مثلاً دوسروں کے سامنے ڈھور ڈنگروں کی طرح کھانا' سب کے سامنے زور زور سے ناک صاف کرنا' یہ سماجی برائیاں ہیں' ان کو دور کرنا ضروری ہے مگر سوال یہ ہے کہ ہم اس میں کس طرح کامیابی حاصل کر سکتے ہیں؟

یقیناً اگر کسی برائی کو شروع سے ہی پکڑ لیا جائے تو اسے دور کرنا آسان ہو جاتا ہے مگر اس کی طرف ہم مطلقاً توجہ نہیں دیتے اور اگر توجہ دیتے بھی ہیں تو یہ عادات جبر سے چھڑانا چاہتے تو کوئی مشکل بات نہیں ہے مگر اس کیلئے خوب سوچ بچار کرنی پڑے گی اور مسئلہ پر خوب غور و خوض کرنا ہوگا۔ عادت کی نوعیت کو جاننا ہوگا۔ جائزہ لینا ہوگا کہ بچے سے اس عادت کو دور کرنے کیلئے ہم نے کیا کیا اقدامات کیے ہیں اگر ہمیں کامیابی نہیں ہوتی تو ہمیں کیا کرنا چاہیے وغیرہ وغیرہ۔

جب بچے ذرا بڑے ہو جائیں تو بجائے اس کے کہ ہم ڈانٹ ڈپٹ کر کے ان کی بری عادات کو دور کرنے کی کوشش کریں۔ بہتر یہ ہوگا کہ ان سے دوستانہ ماحول میں بات چیت کی جائے۔ کسی فارغ لمحے ہم بچے کو پاس بلا سکتے ہیں نرمی اور محبت سے اس عادت کا اس سے ذکر کریں اور اسے بتائیں کہ آیئے مل کر اس عادت سے چھٹکارا حاصل کریں۔ اگر بچہ دست تعاون دراز کرے تو کام آسان ہو جائیگا۔ اس کیلئے ہمیں خود بھی اپنی عادات کو بدلنا ہوگا ورنہ ہمارا وعظ و تلقین بالکل غیر مؤثر ہو کر رہ جائیگا۔

ایک شخص نے اپنی بچی کے ساتھ پروگرام بنایا کہ اگر ان میں سے کوئی پارلیمانی زبان استعمال کرے تو دوسرا اسے ٹوک دے۔ چنانچہ ایسا ہی ہوتا رہا اور اس کا خاطر خواہ فائدہ ہوا۔ تجارت اور خرید و فروخت میں بھی اگر اس امر کو مدنظر رکھا جائے۔ یعنی ایک دوسرے کو ٹوک دے تو دوسرے کی اصلاح ہوتی ہے اور یہ ایک بڑی سماجی خدمت ہے۔ اگر بچوں کو یہ حق دیا جائے کہ وہ ہماری غلطیوں سے بھی ہمیں آگاہ کرتے رہیں۔ تو بچے کبھی بھی یہ تاثر نہیں لے سکتے نہ لیں گے کہ ان کو خواہ مخواہ ہر وقت ڈانٹ ڈپٹ کی جاتی رہتی ہے اور انہیں موقع ہی نہیں دیا جاتا۔

ایک شخص نے گندی زبان استعمال کرنے سے بچنے کی ایک انوکھی ترکیب نکالی۔ اس نے بچوں کو بھی سمجھایا کہ عام محفل میں کبھی گندی زبان استعمال نہیں کرنا ہوگی۔ ہاں عادی ہونے کی وجہ سے اگر کوئی لفظ زبان پر آجائے تو فی الفور ''چھکڑے'' کا غلط استعمال کرو۔ اس طرح سب سے پہلے اس نے غصے کے موقع پر یہی لفظ استعمال کیا مگر اس کا فائدہ یہ ہوا کہ پورے خاندان میں سے یہ عادت جاتی رہی۔

اس سلسلہ میں خاموش مزاح بھی بڑا فائدہ مند ثابت ہوا ہے مثلاً کوئی بچہ یا گھر کا کوئی فرد کھانا کھاتے وقت چپ چپ کی آوازیں نکالتا ہے یا کھانے پر مکھی کی طرح گرتا ہے' بچے سے یہ بری عادات چھڑوانے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ خاندان کے لوگ ویسی آوازیں نکالنا شروع کر دیں اور خود بھی اس کی طرح کھانے پر ٹوٹ پڑیں گے اور یقیناً سب ہنس پڑیں گے اور بچہ زچ ہو کر اس بری عادت سے باز آجائے گا۔

آپ صدر دروازے پر اپنا ایک ایسا سکیچ چسپاں کر دیں جس میں آپ درد کے مارے کراہ رہے ہوں۔ آپ کا بچہ جو دروازہ زور سے بند کرنے کا عادی ہے نفسیاتی طور پر متاثر ہوگا اور دروازہ آہستگی سے بند کریگا یا اگر آپ نہانے کے ٹپ پر یہ فقرہ لکھ دیں کہ گندے پانی میں نہانا کوئی اچھی بات نہیں۔ ضرور اثر انداز ہوگا اور بچہ پانی کو گندا نہیں کرے گا۔

اگر بچوں کی عزت نفس کا خیال رکھا جائے تو بری عادات چھوڑنے کے سلسلے میں یہ چیز ان کیلئے بے حد ممد و معاون ثابت ہو سکتی ہے۔ اگر بچے کو یہ احساس دلایا جائے کہ اب وہ اتنا بڑا ہو چکا ہے اسے یہ بات نہیں کرنی چاہیے تو اس کے نتائج بھی بہتر برآمد ہو سکتے ہیں۔ حتیٰ کہ اگر تین سال کے بچے کو بھی یہ کہا جائے بیٹے تم ابھی بڑے ہو چکے ہو ایسا نہیں کرنا' تو یقیناً وہ اس سے اچھا اثر لے گا اور جو حرکت کر رہا ہے اس سے کنارہ کشی کر لے گا۔

بچے کے ناخن کاٹنے کی کئی ایک وجوہات ہو سکتی ہیں۔ ان میں بور ہونا یا کسی چیز کے حصول کیلئے بے تابی بھی ہے اگر اس کو مسئلہ بنا لیا جائے تو اس کے الٹے نتائج بھی برآمد ہو سکتے ہیں۔ اس کا ایک حل تو یہ ہے کہ بچے کو ہاتھوں کی خوبصورتی کا احساس دلایا جائے۔ اسے بتایا جائے اس طرح خوبصورت ہاتھ بدصورت ہو جاتے ہیں۔ دوسرے یہ کہ کسی بدمزہ چیز پر اچھا سا رنگ کر کے اسے کھانے کی نقل کی جائے تو اس سے بھی بچہ سمجھ جائیگا۔ ہاں ایک اور طریقہ یہ بھی ہے بچے سے کہا جائے ''بیٹا سارے ناخن نہیں کاٹنے ایک چھوڑ کر باقی بے شک کاٹو اس کے بعد تعداد کو بڑھاتے جاؤ' بچہ یہ عادت چھوڑ دیگا۔

بچوں میں ایک بری عادت بے ترتیبی کی بھی ہوتی ہے' کھلونے لیتے ہیں ان سے کھیلتے ہیں اور انہیں وہیں چھوڑ کر چلے جاتے ہیں اسی طرح کپڑوں کا معاملہ ہے اگر تو بے ترتیبی بچے کی فطرت کا حصہ ہے تو اسے ختم کرنا مشکل ہے اس عادت پر بچے کو لعنت ملامت کرتے رہنے کا کوئی فائدہ نہیں بچے کو اس کے حال پر چھوڑ دیں اور اس عادت پر نہ کڑھیں۔ اپنے آپ کو کسی کام میں مشغول رکھیں۔

بچے سے بری عادات چھڑوانا وقت چاہتا ہے اسے وقتاً فوقتاً نصیحت کرتے رہنا چاہیے مگر اس کے پیچھے پڑ جانا مناسب نہیں۔ ناخن کاٹنے والے بچے کو یہ کہا جاسکتا ہے بیٹا تمہارے ناخن کس قدر خوبصورت ہیں مجھے یہ بڑے پیارے لگ رہے ہیں' اس طرح بچہ یہ عادت بھی چھوڑ دے گا۔

کپڑے یا کھلونے بچہ بے ترتیبی سے ادھر ادھر رکھ دیتا ہے تو سمجھانے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ کہا جائے۔ ''واہ واہ یہ کپڑے کتنے خوبصورت اور صاف ستھرے ہیں یا کھلونے کیسے پیارے ہیں ان کو ترتیب سے صاف جگہ پر رکھنا چاہیے آپ خود انہیں ان کی جگہ پر رکھ دیں تو بچہ اس سے سبق حاصل کریگا اور اپنی یہ عادت بدل لے گا۔

بلاوجہ ستانا بہت بڑا گناہ ہے

ایک حاکم لوگوں پر بڑا ظلم ڈھاتا تھا اور لوگ اس کے ظلم و ستم سے بہت نالاں تھے' اللہ کی غیرت جوش میں آئی اور ظالم حاکم اپنے منصب سے محروم ہو گیا اور ذلت و خواری نے اسے آگھیرا۔ لوگوں نے اسے سخت پریشان اور خستگی کی حالت میں بغداد کی ایک مسجد کے دروازے پر بھیک مانگتے دیکھا' ایک شخص نے سبب پوچھا اس نے جواب دیا: میں لوگوں کو بلاوجہ ستایا کرتا تھا اللہ نے مجھے اس ظلم کی سزا دی ہے جو تم مجھے اس حال میں دیکھ رہے ہو۔ **(ذوالقرنین' نارووال)**

ذکیہ اقتدار، بہاولنگر

رش اور ٹریفک سے نجات دہندہ سورۃ

میری فیملی بہت مختصر ہے مگر جب کچن میں جاتی تو یوں لگتا کہ کچن میں میلے برتنوں کی بارات اتری ہوئی ہے۔لاتعداد برتن ہوتے۔یوں صفائی اور کپڑوں کے ساتھ ہماری برتن دھونے والی ماسی الگ سے موجود ہوتی۔اکثر ماسی کہتی کہ تمہارے افراد تو چار ہیں مگر برتنوں کے انبار ہیں

برس ہابرس ہوگئے' ایک میگزین میں خاص تحریر پڑھی تھی ''سورۃ الانشرح تین مرتبہ پڑھ کر مصروف شاہراہ پر دم کر دیں تو گاڑی رکشہ ٹیکسی سب کا رش ختم ہو جاتا ہے۔''

یہ تحریر پڑھی' پھر سوچا کیوں نہ اس پر عمل کیا جائے۔یوں بھی تو بہت سفر کرتے ہوئے اور مسلسل سفر' لیکن ہمیشہ ہر جگہ پہ رش کا مسئلہ رہا۔اس مرتبہ لاہور شاپنگ کرنے گئی' سفر کی دعاؤں کے علاوہ میں نے یہ سورت کثرت سے پڑھ کر رش کی طرف دم کر دیا۔میں ورطہ حیرت میں ڈوب گئی۔وسیع روڈ پر جہاں گاڑیوں کا ہجوم ٹرک سے لے کر رکشہ موجود تھا' دم کرنے کے صرف پانچ منٹ بعد دیکھا تو سڑک سنسان تھی۔لگتا تھا کوئی زمینی اژدھا اس رش کو نگل گیا ہے یا پھر کوئی آسمانی طاقتور مخلوق اٹھا لے گئی۔بڑی آسانی سے میں نے روڈ کراس کر لی۔

تاجروں کے پاس بھی رش ہوتا ہے' انارکلی بازار اور اعظم مارکیٹ میں تو تل دھرنے کی جگہ نہیں ہوتی' مجھے تو نسخہ کیمیا مل چکا تھا' کیسا غم کیسی فکر۔مارکیٹ میں داخل ہونے سے قبل ہی سورت کثرت سے پڑھنی شروع کر دی۔

تمام مطلوبہ شاپس پر پھونک مار دی۔جو افراد مارکیٹ میں شاپنگ کیلئے آئے ہوئے تھے جیسے کوئی الہ دین کا چراغ ان کی جیب سے نکل کر بھاگ گیا ہو وہ اس کی تلاش میں اپنے گھروں کی راہ لیتے۔ہم تین افراد رہ جاتے۔خوب مزے سے شاپنگ کرتے وہ بھی آرام دہ کرسی پر بیٹھ کر۔شدید گرمی میں ٹھنڈے پانی سے تواضع بھی ہوتی۔بیٹھ کر شاپنگ کرنے اور ٹھنڈا پانی پینے کا تو کبھی تصور ہی نہیں تھا۔

یہاں بھی ایک ایسا سٹور تھا اگر صبح کے آٹھ بجے چلے جائیں یا رات کے دس بجے چلے جائیں۔یہ صورت حال ہوتی کہ روڈ تک خواتین کا رش ہوتا۔یہ سٹور صرف خواتین کیلئے ہے۔یوں مجھے بھی وہاں جانا پڑتا۔

میں سورۃ الانشرح پڑھتے ہوئے گھر سے نکلتی اور بہت دور سے دم کرنا شروع کر دیتی۔جب رکشہ سے اترتی پھر جذبے سے ایک مرتبہ دم کرتی۔بس سٹور پر صرف مطلوبہ افراد ہوتے۔اپنی اشیاء کی لسٹ تھما دیتی اور ساتھ ہی کہتی براہ مہربانی اشیاء صرف دس منٹ میں مجھے دیدیں اور ایسا ہی ہوتا۔اپنے وقت کی بچت پر اللہ کا شکر ادا کرتی اور پھر اپنے گھر کی راہ لیتی۔ایک بار سٹور کی طرف پلٹ کے نگاہ ضرور ڈالتی سٹور پر دوبارہ رش شروع ہو جاتا۔اپنی اس کامیابی پر خوشی ہوتی اگر ڈاکٹر کے ہاں جانے کا اتفاق ہوتا وہاں بھی ایسا ہوتا سب سے بعد میں جاتے اور سب سے پہلے واپسی ہوتی۔

میری فیملی بہت مختصر ہے مگر جب کچن میں جاتی تو یوں لگتا کہ کچن میں میلے برتنوں کی بارات اتری ہوئی ہے۔لاتعداد برتن ہوتے۔یوں صفائی اور کپڑوں کے ساتھ ہماری برتن دھونے والی ماسی الگ سے موجود ہوتی۔

اکثر ماسی کہتی کہ تمہارے افراد تو چار ہیں مگر برتنوں کے انبار ہیں۔جونہی میں کچن میں آتی تو یہ سورت پڑھ کر برتنوں پر دم کر دیتی۔یوں برتنوں کا انبار بھی کم ہونے لگا۔ہفتے کے اندر اندر یہ صورتحال ہوگئی کہ برتنوں کی ماسی کو ہٹانا پڑا۔اب باوجود اس کے کہ برتنوں کی ماسی رخصت ہو چکی ہے میرا کچن صاف رہتا ہے۔چولہا تک اس قدر چمکتا ہے گویا ابھی مارکیٹ سے خریدا ہے۔

میرے ہمسفر کی ٹیبل پر کتب کا بے حد رش ہوتا ہے ایک دن پڑھ کر دم کر دیا۔اگلے ہی دن ٹیبل صاف ہو چکی تھی۔اس سورت کے پڑھنے کا اثر دیکھیں کہ رات کے کسی پہر میرے ہمسفر نے اپنی میز کو صاف کر دیا تھا۔

کپڑوں کی ماسی الگ سے تھی وہی کپڑے دھویا کرتی۔ہر روز دھلائی رہتی۔میں نے یہی حربہ کپڑوں پر استعمال کیا۔حیرت انگیز طور پر میلے کپڑے کم ہونے لگے۔

میرے ہمسفر کے بیس سوٹ ہینگر پر کلف کے ساتھ موجود تھے باقی بھی نیٹ ہوتے۔آخر صفائی اور دھلائی والی ایک ماسی رہ گئی۔مارکیٹ شاپنگ کیلئے جاتی بہت جلد واپس آجاتی۔میرے ہمسفر کہتے کمال کر دیا' کونسا جادوئی عمل ہے جو یوں چٹکیوں میں تمام کام ہو جاتے ہیں۔جواباً کہا کہ میرے پاس ایسا طاقتور ہتھیار ہے جس کام کیلئے استعمال کروں وہ جلدی ہو جاتا ہے۔

اسلام اور رواداری — ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 63

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت عمر فاروق رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ کے زمانہ میں بھی رومیوں سے برابر ٹکر رہی اور جب حضرت عمر فاروق اعظم رضی اللہ عنہٗ کے جانباز سپہ سالاروں نے دمشق' فحل' اردن اور حمص پر قبضہ کر لیا تو ہرقل بہت سراسیمہ ہوا' اس نے اپنے فوجی امراء کو بلا کر پوچھا کہ کیا وجہ ہے کہ عرب تعداد و اسلحہ اور سروسامان میں ہم سے بہت کم ہیں پھر بھی وہ کامیاب ہوتے ہیں اس کی وجہ کیا ہے؟ اس کا جواب ایک تجربہ کار شخص نے دیا کہ عرب کے اخلاق ہمارے اخلاق سے اچھے ہیں' وہ رات کو عبادت کرتے ہیں دن کو روزہ رکھتے ہیں' کسی پر ظلم نہیں کرتے' آپس میں برابری کے ساتھ رہتے ہیں ان کے مقابلہ میں ہمارا حال یہ ہے کہ ہم شراب پیتے ہیں' بدکاریاں کرتے ہیں' وعدہ کی پابندی نہیں کرتے' دوسروں پر ظلم کرتے ہیں' اس کا نتیجہ یہ ہے کہ ان کے ہر کام میں جوش اور استقلال ہوتا ہے اور ہمارے کام ان سے خالی ہوتے ہیں۔

جنگ یرموک کے بعد کا واقعہ ہے کہ ایک قاصد جارج نامی صلح کا پیام لے کر حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہٗ کے پاس پہنچا مسلمان اس وقت مغرب کی نماز پڑھ رہے تھے ان کی محویت اور خضوع کو دیکھ کر وہ بے حد حیرت زدہ ہوا' نماز ختم ہو چکی تو حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہٗ کی خدمت میں پیش کیا گیا' اس نے جو چند سوالات کیے ان میں ایک یہ بھی تھا کہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام کی نسبت کیا خیال ہے؟ حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہٗ نے قرآن کی یہ آیتیں پڑھیں جن کا مطلب یہ تھا: اے اہل کتاب! اپنے دین میں غلو نہ کرو اور اللہ کے بارے میں حق بات کہو' مسیح عیسیٰ بن مریم تو صرف اللہ کے رسول اور ایک کلمہ ہیں جس کو اللہ نے مریم کے اندر ڈالا تھا' مسیح کو اس سے ہرگز انکار نہیں کہ وہ اللہ کے ایک بندے ہیں' ان کو سن کر جارج بے اختیار ہو کر بول اٹھا کہ حضرت عیسیٰ علیہ السلام کے یہی اوصاف ہیں' بے شک تمہارا پیغمبر سچا ہے' یہ کہہ کر کلمہ توحید پڑھا اور مسلمان ہو گیا' وہ اپنی قوم کے پاس جانا نہیں چاہتا تھا مگر یہ رسول اللہ ﷺ کی تعلیم کے خلاف تھا کہ کسی کے سفیر کو روک لیا جائے' حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہٗ نے اس کو یہ کہہ کر واپس کیا کہ ابھی تم جاؤ' وہاں جا کر تمہارا جی چاہے تو چلے آنا۔یہ رواداری کی کتنی بلند مثال تھی۔

اعصابی توڑ پھوڑ سے کیسے بچیں!

حکیم ایم اے علیم نعمانی

اعصابی امراض کے ماہر ڈاکٹر پرٹ کا کہنا ہے کہ ذہن اور جسم میرے نزدیک دو الگ چیزیں نہیں ہیں۔ یہ دونوں آپس میں اس طرح مربوط و منسلک ہیں کہ ایک کی سلامتی دوسرے سے وابستہ ہے۔ اس لیے ذہن اور جسم کے درمیان توازن رکھنا بہت ضروری ہے

کہتے ہیں کہ فکر و پریشانیاں انسان کو وقت سے پہلے بوڑھا کر دیتی ہیں کیونکہ جذبات و احساسات کو انسانی زندگی میں بڑی اہمیت حاصل ہے۔ اسی طرح صحت مندی کا بہت حد تک انحصار انسان کی سوچ پر ہے۔ ایک پرسکون دماغ پورے جسم کو صحت مند رکھتا ہے۔ گویا دماغ کو صحت مند رکھنا نہ صرف پورے جسم کے صحت مند رکھنے کے مترادف ہے بلکہ طویل العمری کا بھی ضامن ہے۔ مشہور ماہر نفسیات ڈاکٹر پولیٹس کے بقول جو شخص خود کو پریشانیوں سے بچا کر رکھتا ہے وہ یقینی طور پر کم از کم اپنی عمر میں دس برسوں کا اضافہ کر لیتا ہے۔

پرولونگ یور یوتھ کے مصنف نے صحت مند بڑھاپے گزارنے کے دس گر بتائے ہیں: ☆ بڑھاپے میں ماضی کا غم نہ کیجئے۔ ☆ گزرے ہوئے نقصان کا افسوس نہ کیجئے۔ ☆ ضعیفی کے باوجود مسکراتے رہیے۔ ☆ زندگی میں عملی طور پر دلچسپی لیجئے۔ ☆ مرنے کے انتظار میں مت رہیے۔ ☆ ہر حال میں خوش رہنے کے فلسفے کو اپنائیے۔ ☆ نظم و ضبط کا خصوصیت سے خیال رکھیے۔ ☆ جسمانی صحت اور حالات کے مطابق روزانہ تھوڑی بہت ورزش ضرور کیجئے۔ ☆ تمباکو نوشی یا دوسری کسی نشہ آور شے سے اپنے آپ کو دور رکھیے۔ ☆ کاموں کی انجام دہی یا محنت کا کوئی کام کرنے کے بعد دماغ اور جسم کو قدرے آرام دیجئے۔

انسان جوں جوں ترقی کی منزلیں طے کرتا آگے بڑھ رہا ہے۔ اسی تناسب سے اس کی بے آرامی بڑھتی جا رہی ہے۔ مصروفیت میں اضافے کے سبب چین و سکون ختم ہوتا جا رہا ہے۔ زندگی میں الجھنیں، پریشانیاں، اداسی اور پژمردگی بڑھتی جا رہی ہے۔ خوف و گھبراہٹ، خدشات، وسوسوں اور اندیشوں میں اضافہ ہو رہا ہے۔ یہی وجہ ہے تمام دنیا اور خصوصیت سے ترقی پذیر ممالک میں نفسیاتی امراض، ذہنی پژمردگی، بے خوابی اور دماغی امراض میں اضافہ ہو رہا ہے۔ سائنس کی دی ہوئی تھوڑی بہت آسائشوں نے ذہنی سکون اور تسکین قلب جیسی متاع عزیز انسانوں سے چھین لی ہے۔

ایک ماہر معاشیات کا کہنا ہے کہ انسان کی بنیادی ضروریات کی تعداد حقیقت میں بہت کم ہے لیکن ہر چہ براست ازماست کے مصداق لامحدود خواہشات مسلط کی ہوئی ہیں۔ انسانی دل آرزوؤں اور تمناؤں سے کبھی خالی نہیں رہتا۔ ایک آرزو پوری ہوتی ہے تو دوسری جنم لے لیتی ہے۔ اس طرح اس کا سلسلہ زندگی کی آخری سانس تک جاری رہتا ہے انسانی فطرت میں سیری نہیں ہے۔ اس کا ذہن ہمہ وقت نئے مقاصد اور آرزوؤں کی تخلیق میں مشغول رہتا ہے۔ اس کا ذہن ایک ایسا سمندر ہے جو کبھی خشک نہیں ہوتا اس لیے آج کا انسان پہلے دور کی نسبت کہیں زیادہ دماغی الجھنوں کا شکار ہے۔

اعصابی امراض کے ماہر ڈاکٹر پرٹ کا کہنا ہے کہ ذہن اور جسم میرے نزدیک دو الگ چیزیں نہیں ہیں۔ یہ دونوں آپس میں اس طرح مربوط و منسلک ہیں کہ ایک کی سلامتی دوسرے سے وابستہ ہے۔ اس لیے ذہن اور جسم کے درمیان توازن رکھنا بہت ضروری ہے۔ اس طرح دماغ کا جو تمام عوامل اور اعمال کا مرکز ہے اور محرک بھی، تندرست و توانا رہنا لازمی ہے۔ حد سے بڑھی ہوئی افکار و پریشانیاں، ادھیڑ بن کی کیفیات اعصابی نظام کو براہ راست متاثر کرتی ہیں جس کے نتیجے میں آلام و تکالیف پیدا ہو سکتی ہیں۔

کچھ لوگ فطرتاً زیادہ ہی حساس واقع ہوتے ہیں معمولی باتوں کا گہرا اثر لیتے ہیں۔ ان میں مسائل سے نمٹنے کی ہمت نہیں ہوتی۔ آزمائش سے دور بھاگتے ہیں بس ہر وقت ذہن الجھائے رکھتے ہیں۔ حد سے بڑھی ہوئی یہ ادھیڑ بن بعض اوقات خوفناک صورتحال پیدا کر سکتی ہے اور ناقابل علاج بیماریوں کی دلدل میں بھی دھکیلنے کا سبب بن سکتی ہے۔

اکثر ایسا ہوتا ہے کہ خوف بے بنیاد نکلتے ہیں اس لیے مسائل کا تجزیہ کرنا بہتر ہوتا ہے۔ کیونکہ بیشتر خدشات کا تعلق ہماری جذباتی زندگی سے ہوتا ہے۔ اس لیے ضروری ہوتا ہے کہ فراست اور ذہانت سے کام لے کر مسائل پر قابو پایا جائے۔ غیر ضروری تفکرات سے بچنے ہی میں عافیت ہے کیونکہ یہ تفکرات آپ کی غذا کے قیمتی جواہرات چاٹ جاتے ہیں ذہن و حواس کے تکدر سے ذہنی اضمحلال جنم لیتا ہے جو دماغی خلیوں کو سخت نقصان پہنچاتا ہے جو لوگ ان جوہروں کی حفاظت نہیں کرتے وہ بڑی آسانی سے مہلک امراض کا جن میں کینسر بھی شامل ہے شکار ہو جاتے ہیں۔

انگریزی کا ایک محاورہ ہے ”مشکلات ایسی سیڑھیاں ہیں جو ہمیں جنت تک لے جاتی ہیں“ ایک علم النفس کے ماہر کا بھی یہی کہنا ہے کہ مشکلات ہمارے لیے نعمت ہیں۔ اس سے مخفی صلاحیتوں کو اجاگر ہونے کا موقع دستیاب ہوتا ہے۔ انسان میں ایک ایسی طاقت موجود ہے جس کو بروئے کار لا کر مسائل پر قابو پایا جا سکتا ہے۔

خیالات میں بڑی طاقت ہے۔ اپنے خیالات کو اس قادر مطلق کی جانب موڑ دیجئے جو اس کائنات کا نظام چلا رہا ہے اور جس کی کائنات کی ہر شے پر قدرت و کامرانی ہے جو لوگ اللہ کو اپنا خیر خواہ سمجھتے ہیں وہ اپنے تمام مسائل کو دعاؤں کی شکل میں اس سے کہہ ڈالتے ہیں جس کے بعد ان پر سکون کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ راضی برضا رہنے سے زیادہ اطمینان قلب کسی چیز میں نہیں ہے۔

پیٹ کی جملہ بیماریوں کا شافی علاج

ہیضہ، الٹی، پیچش، گیس کیلئے ایک حکیم صاحب کا تجربہ شدہ نسخہ پیش خدمت ہے:۔

ھوالشافی: کالی مرچ 3 تولے، ہیرا ہنگ (نہ ملنے کی صورت میں ہنگ ایرانی بھی استعمال کر سکتے ہیں) 2 تولے، ست پودینہ 3 تولے۔ ان کو پیس کر ملا لیں اور کالی مرچ کے برابر گولیاں بنا لیں۔ ایک گولی 12 گھنٹے کے بعد دودھ سے استعمال کریں۔ **(پرنسپل غلام قادر ہراج)**

موسم کے انسانی جسم پر اثرات

محمد اسلم جاوید، لاہور

یہ موسم اگر اپنے مزاج پر قائم ہو تو سب موسموں سے بہتر ہوتا ہے کیونکہ ربیع کا مزاج روح اور خون کے موافق ہوتا ہے۔ ربیع بدن کے رنگ کو سرخ کر دیتا ہے۔ یہ خون کو اعتدال کے ساتھ جلد کی طرف جذب کرتا ہے اور اس کی گرمی اس حد تک نہیں پہنچتی

علم طب کا جغرافیہ سے گہرا تعلق ہے کیونکہ علم طب امراض انسانی اور صحت سے بحث کرتا ہے اور صحت و مرض کا گہرا تعلق جغرافیائی حالات سے ہے اگر کسی مقام کی آب و ہوا بہتر ہوتی ہے تو وہاں کے باشندوں کا معیار صحت بہتر ہوتا ہے اور اگر کسی مقام کی آب و ہوا خراب ہوتی ہے تو وہاں کے باشندوں کی صحت پر بھی اس کا بُرا اثر پڑتا ہے۔ انسان کا رنگ و روپ، قد و قامت اور طاقت و توانائی بھی جغرافیائی حالات سے متاثر ہوتی ہے۔ یہی سبب ہے کہ کرۂ ارض کے مختلف علاقوں کے باشندوں میں جسمانی تفاوت پایا جاتا ہے۔ مشاہدے میں یہ بات بھی آتی رہتی ہے کہ دوران سال جب موسم بہتر ہوتا ہے تو انسان کی صحت بھی بہتر رہتی ہے اور جب موسم خراب ہوتا ہے تو اس سے فضا میں تکدر بڑھتا ہے اور امراض جنم لیتے ہیں جو صحت انسانی کو توڑ پھوڑ کر رکھ دیتے ہیں۔ اچھی آب و ہوا اور اچھے ماحول میں غذائی اجزاء بھی بہتر میسر آتے ہیں کیونکہ نباتات اور حیوانات سرد گرم سے فطری طور پر متاثر ہوتے ہیں۔ نباتاتی اجزاء غذا یعنی سبزیاں ترکاریاں اور حیواناتی یعنی لحمیاتی اجزائے غذا جغرافیائی حالات اور تغیرات سے ضرور اثر پذیر ہوتے ہیں۔ خوشگوار موسموں میں حیوانات بہتر طور پر پرورش پاتے ہیں اور ان سے حاصل شدہ غذائی اجزاء بہتر صحت کے ضامن ہوتے ہیں۔

ان تجربات اور مشاہدوں کی روشنی میں حکمائے قدیم نے علم طب بیان کرنے کیلئے علم جغرافیہ سے کامل استفادہ کیا ہے اور انسانی مزاج یا صحت و مرض، اجزائے خوراک اور ادویہ پر موسموں کے تغیرات کی روشنی میں جو نتائج اخذ کیے ہیں وہ ذیل میں درج کر رہے ہیں۔

حکمائے قدیم نے کرۂ ارض کو سات حصوں میں تقسیم کیا اور اسی اعتبار سے مزاج انسانی کا جائزہ لیا اس بارے میں حکماء کے دو گروہ ہو گئے ایک گروہ جس میں شیخ الرئیس حکیم ابن سینا شامل تھے ان کا نظریہ یہ تھا کہ خط استوا کے باشندے زیادہ معتدل ہیں اس کے اور چوتھی اقلیم کے باشندے زیادہ معتدل ہیں دوسرا تو وہ تھا جس میں زکریا شامل تھے جس کا یہ خیال تھا کہ خط استوا کے باشندے زیادہ گرم ہیں۔ چوتھی اقلیم کے باشندے سب سے زیادہ معتدل ہیں یعنی معتدل سرزمین خط استوا کے پاس نہیں بلکہ چوتھی اقلیم تھی۔ اب علوم جغرافیہ کافی روشن ہو چکا ہے اور اقلیمی نظریہ یکسر تبدیل ہو چکا ہے۔ اس لیے ضروری ہے کہ جدید منطقاتی تقسیم کے مطابق قدیم نظریہ مزاج کو بیان کیا جائے۔

موسموں کے اثرات

حکمائے قدیم نے علم جغرافیہ سے استفادہ کر کے سال کو چار موسموں میں تقسیم کیا اور جسم انسانی پر ان کے اثرات سے بحث کی اور ان اثرات کو واضح طور پر یوں بیان کیا ہے۔

موسم ربیع کے اثرات

یہ موسم اگر اپنے مزاج پر قائم ہو تو سب موسموں سے بہتر ہوتا ہے کیونکہ ربیع کا مزاج روح اور خون کے موافق ہوتا ہے۔ ربیع بدن کے رنگ کو سرخ کر دیتا ہے۔ یہ خون کو اعتدال کے ساتھ جلد کی طرف جذب کرتا ہے اور اس کی گرمی اس حد تک نہیں پہنچتی کہ خون کو تحلیل کر دے۔ جیسا کہ موسم گرما میں تحلیل خون کا عمل بڑھ جاتا ہے۔ موسم ربیع بچوں کیلئے نہایت مناسب و موافق ہوتا ہے اور ان مزاج کیلئے جو بچوں جیسا مزاج رکھتے ہیں۔

موسم گرما کے اثرات

اس موسم کا مزاج گرم خشک ہوتا ہے اور حرارت کی زیادتی کے باعث رطوبتوں کی تحلیل کا عمل تیز کر دیتا ہے اس موسم میں چونکہ دن بڑے اور راتیں چھوٹی ہوتی ہیں اس لیے حرارت کے علاوہ خشکی میں بھی اضافہ ہوتا ہے تاکہ بارش ہو جائے۔ موسم گرما میں خون اور بلغم کی مقدار بدن میں گھٹ جاتی ہے لیکن صفرا کی مقدار بڑھ جاتی ہے جس کی وجہ سے بدن کا رنگ زرد پڑ جاتا ہے اور آخر میں سودا کی بھی زیادتی ہو جاتی ہے۔ بوڑھے اور بوڑھوں جیسا مزاج رکھنے والے لوگ اس موسم میں تندرست اور قوی ہو جاتے ہیں۔

موسم خریف کے اثرات

اس موسم میں گرمی تو کم ہو جاتی ہے لیکن سردی مستقل طور پر نہیں بڑھتی ہے یہ موسم حرارت و جدرت میں اعتدال کے قریب ہوتا ہے لیکن رطوبت و یبوست میں معتدل نہیں ہوتا اس لیے کہ موسم خریف سے قبل موسم گرما ہوا کو خشک کر دیتا ہے اور موسم خریف میں ہوا کو مرعوب بنانے کے اسباب معدوم ہو جاتے ہیں۔

جاڑے کے اثرات

یہ موسم ٹھنڈا اور مرعوب ہوتا ہے اس لیے کہ آفتاب دور ہوتا ہے فضا میں بخارات آبی کی کثرت ہوتی ہے۔ تحلیل کا عمل اس موسم میں بہت کم ہوتا ہے۔ انجماد کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ بارش اور شبنم بھی نہیں ہوتی البتہ خوش خوری اور ہضم غذا کیلئے بہترین موسم ہے۔

امراض کا تعلق جغرافیائی حالات سے

امراض کا تعلق بھی جغرافیائی حالات سے بہت گہرا ہے۔ ہر موسم میں کچھ مخصوص امراض ہوتے ہیں جن کی وضاحت حسب ذیل ہے۔

امراض موسم ربیع: اسہال، موی، نفث الدم، مالیخولیا، فالج ولقوہ، رجع المفاصل (جوڑوں کے درد)

امراض موسم گرما: بخار، دق، آشوب چشم، خسرہ، چیچک، صفرا، سردا وغیرہ۔

امراض موسم خریف: عرق النساء امراض ریح (گیس اور بادی وغیرہ کا مرض)

سردی کے موسم کے امراض: بلغمی امراض مثلاً زکام، نزلہ، بخار وغیرہ۔

علم جغرافیہ درحقیقت علم طب کے مبادی علوم میں شامل ہے اور اس بنا پر اکثر طبی مباحث کو بغیر علم جغرافیہ کے مبادیات حاصل کیے ہوئے سمجھنا محال ہے، لہٰذا احیائے طب کے نقطہ نظر سے یہ ضروری ہے کہ طب کے جغرافیائی مباحث کی تشریح اور تجدید موجودہ جغرافیائی معلومات کی روشنی میں کی جائے تاکہ علم جغرافیہ کی قدیم معلومات کے نقائص دور ہو سکیں اور مبادیات طب کے نصاب میں منطق، فلسفہ، سائنس اور جغرافیہ بھی شامل ہوں۔

شوال المکرّم! اجر وثواب حاصل کرنے کا مہینہ

ایک روایت میں آتا ہے کہ جب عید کی صبح ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ فرشتوں کو بھیجتا ہے جو زمین پر اترتے ہیں اور وہ گلی کوچوں اور راستوں میں کھڑے ہو جاتے ہیں اور بلند آواز سے کہتے ہیں جسے جن اور انسان کے سوا تمام مخلوق سنتی ہے

ایک روایت میں آتا ہے کہ جب عید کی صبح ہوتی ہے تو اللہ تعالیٰ فرشتوں کو بھیجتا ہے جو زمین پر اترتے ہیں اور وہ گلی کوچوں اور راستوں میں کھڑے ہو جاتے ہیں اور بلند آواز سے کہتے ہیں جسے جن اور انسان کے سوا تمام مخلوق سنتی ہے، وہ کہتے ہیں، اے محمد (ﷺ) کی امت! اپنے پروردگار کی طرف آؤ، وہ تمہیں عطائے عظیم دے گا اور تمہارے بہت بڑے گناہ معاف فرمائے گا اور جب لوگ عیدگاہوں میں آجاتے ہیں تو اللہ تعالیٰ فرشتوں سے فرماتا ہے، مزدوری کا بدلہ کیا ہے جب وہ اپنا کام مکمل کرلے؟ فرشتے کہتے ہیں اس کا بدلہ یہ ہے کہ اسے پورا اجر دیا جائے۔ تب اللہ تعالیٰ فرماتا ہے میں تمہیں گواہ بناتا ہوں، میں نے ان لوگوں کے لیے اپنی بخشش اور رضا کو ان کا اجر بنایا ہے۔

عید کا دن

حضرت ابوہریرہؓ سے مروی ہے کہ اپنی عیدوں کو تکبیروں سے زینت بخشو، حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد ہے کہ جس شخص نے عید کے دن تین سو مرتبہ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ پڑھی اور مسلمان مردوں کی روحوں کو اس کا ثواب ہدیہ کیا تو ہر مسلمان کی قبر میں ایک ہزار انوار داخل ہوتے ہیں اور جب وہ مرے گا تو اللہ تعالیٰ اس کی قبر میں ہزار انوار داخل فرمائے گا۔

چھ روزے

شوال کے مہینے میں چھ روزے رکھنے کا بہت زیادہ اجر وثواب ہے۔ مگر یکم شوال کے دن روزہ رکھنا مکروہ تحریمی اور ناجائز ہے۔ اس لیے شوال کی دو تاریخ سے شروع کرے۔ **(درمختار، طحطاوی)**

حضرت ابوایوب انصاری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور سرور کائنات صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: جس نے رمضان کے روزے رکھے پھر اس کے بعد چھ روزے شوال کے رکھے تو اس نے گویا ہمیشہ روزہ رکھا۔ **(مسلم شریف)**

دو رکعت نفل: جو کوئی عید کے دن دو رکعت نفل نماز پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ الماعون اور تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو اس کو صدقہ فطر کا ثواب حاصل ہوگا۔

یکم شوال: جو کوئی شوال کی یکم تاریخ کو نماز ظہر کے بعد آٹھ رکعت نفل دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پچیس پچیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ستر مرتبہ سبحان اللہ، ستر مرتبہ استغفار اور ستر مرتبہ یہ درود پاک پڑھے: ”اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدِ نِ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَ اَصْحَابِہٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ“

تو بفضل باری تعالیٰ اس عمل کی برکت سے ستر حاجات دنیاوی اور ستر حاجات آخروی پوری ہوں گی اور اللہ تعالیٰ اس پر اپنا خصوصی فضل وکرم اور رحمت نازل فرمائے گا۔

چار رکعت نفل: جو کوئی یکم شوال کی شب نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ وہ دو رکعت کرکے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ اخلاص، تین تین مرتبہ سورۂ فلق اور تین تین مرتبہ سورۂ ناس پڑھے پھر جب نماز مکمل کرکے فارغ ہو جائے تو ستر مرتبہ تیسرا کلمہ پڑھے۔ اس کے بعد اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگے انشاء اللہ تعالیٰ اس کو گناہوں کی معافی عطا ہوگی اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم سے اس کو توبہ قبول فرمائے گا اور اس کو نیکی کے کاموں کے کرنے کی توفیق بخشے گا۔

جہنم سے خلاصی: جو کوئی یکم شوال کو نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کرکے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور پھر نماز کی ادائیگی کے بعد نہایت توجہ ویکسوئی سے اکیس مرتبہ درود پاک پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کیلئے جہنم کے دروازے بند ہوں گے اور جنت کے دروازے کھل جائیں گے اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم سے جنت میں جگہ عطا فرمائے گا۔

ادائیگی قرض ووصولی قرض کیلئے

اگر کسی کا قرض دینا ہو یا کسی سے قرض وصول کرنا ہو لیکن ادائیگی اور وصولی کی کوئی صورت بنتی نظر نہ آتی ہو تو چالیس دن تک اس درود شریف کو روزانہ 3125 مرتبہ پڑھے، انشاء اللہ فوراً مسئلہ حل ہو جائیگا، درود شریف یہ ہے:

مولای صل وسلم دائما ابدا
علی حبیبک خیر الخلق کلهم

(شان علی، کوئٹہ)

روحانی ماہانہ محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 9 ستمبر بروز جمعہ عصر تا مغرب 17 ستمبر بروز ہفتہ سہ پہر 3 تا 4 بجکر 24 منٹ تک، 28 ستمبر بروز بدھ رات 9 بجکر 5 منٹ سے لیکر 10 بجکر 37 منٹ تک اِیَّاکَ نَعْبُدُوَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ یَارَحِیْمُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا، اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کرکے پانی خود پیئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن، ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے چند دن پہلے ہی آپ کا شائع کردہ **”ماہنامہ عبقری“** کا شمارہ پڑھا۔ پڑھ کر دلی سکون ملا اور بہت سے مسائل کا حل نظر آیا۔ اس کے علاوہ روحانی محفل میں شرکت کا طریقہ بہت پسند آیا۔ اگلے ہی دن میں نے روحانی محفل میں شرکت کی۔ یعنی وقت کے مطابق ورد کیا۔ دل کو بہت سکون ملا۔ آئندہ کی محفلوں میں بھی پوری کوشش سے شرکت کروں گی۔ آپ سے درخواست ہے کہ میرے اور میری والدہ کیلئے روحانی (باقی صفحہ نمبر 45 پر)

حضرت شاہ چراغؒ کے روحانی وظائف

عزت کا مقام حاصل کرنے کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اس عمل کی برکت سے ظالموں کے ظلم سے بھی حفاظت رہتی ہے۔ باوضو بعد نماز عشاء اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین سو تیرہ بار یَـــاعَـــزِیْـــزُ پڑھے۔ آخر میں تین بار درود شریف پڑھ کر دعا کرے

ظلم کرنے والوں سے حفاظت

اگر کسی شخص کا واسطہ حاکم سے پڑ گیا ہو یا کسی ظالم آدمی سے مقابلہ ہوگیا ہو تو ایک سفید کاغذ پر چھٹے پارے کی ابتدائی آیت باوضو لکھے اور موم جامہ کرکے دائیں بازو پر باندھ لے یا گلے میں ڈال لے اور عورت ہے تو دائیں بازو پر باندھے یا گلے میں ڈال لے اور اس ظالم شخص کے پاس جائے یا اس کا سامنا ہو جائے تو انہی آیات کو پڑھنا شروع کردے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس ظالم کے ظلم سے محفوظ رہے گا اور وہ اس کا خیر خواہ بن جائے گا اور اس کے ساتھ اچھا برتاؤ کریگا۔ وہ آیت یہ ہے:۔

لَایُحِبُّ اللّٰهُ الْجَهْرَ بِالسُّوْءِ مِنَ الْقَوْلِ اِلَّا مَنْ ظُلِمَ وَكَانَ اللّٰهُ سَمِيْعًا عَلِيْمًاo(سورۃ النساء 148)

مرد کا عورت پر قادر ہونا اور حمل کا ٹھہرنا

اگر کوئی مرد شرم کی وجہ سے یا کسی مرض کے سبب عورت پر قادر نہ ہو تو اس کیلئے دو انڈے لے اور دونوں کو دھو کر اُبال لے اور ایک انڈے پر باوضو روشنائی سے لکھے۔

وَالسَّمَاءَ بَنَيْنٰهَا بِاَيْدٍ وَّ اِنَّا لَمُوْسِعُوْنَ (سورۃ ذاریات 47) اور یہ انڈہ مرد رات کو کھالے۔

وَالْاَرْضَ فَرَشْنٰهَا فَنِعْمَ الْمَاهِدُوْنَ (سورۃ ذاریات 48) اور یہ انڈا عورت کو دے کہ رات کو کھالے اس کے بعد ہمبستری کریں انشاءاللہ حمل قائم ہوگا اور اولاد ہوگی۔

ہر قسم کے غم اور فکر کا خاتمہ

یہ عمل ہر قسم کے غم کو دور کرتا ہے اور پریشانی سے مکمل نجات دیتا ہے۔ بعد نمازِ عشاء اوّل درود شریف گیارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد تین سو بار: اِنَّمَا اَشْكُوْا بَثِّيْ وَحُزْنِيْٓ اِلَى اللّٰهِ (سورۂ یوسف آیت 86) آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے ہر قسم کی پریشانی اور ہر قسم کے فکر کو دور کرنے کیلئے دعا مانگے۔ انشاءاللہ تعالیٰ تمام غم وفکر دور ہوجائینگے اور دل ہر وقت خوش رہے گا۔

عزت کا مقام حاصل کرنے کیلئے

عزت کا مقام حاصل کرنے کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اس عمل کی برکت سے ظالموں کے ظلم سے بھی حفاظت رہتی ہے۔ باوضو بعد نماز عشاء اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین سو تیرہ بار یَاعَزِیْزُ پڑھے۔ آخر میں تین بار درود شریف پڑھ کر دعا کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ معاشرتی زندگی میں عزت وعظمت کا مقام حاصل ہوگا۔ دشمن ناکام ہوں گے۔

مسافر کی حفاظت کیلئے

اگر کوئی شخص سفر پر روانہ ہوتا ہے اور اہل خانہ چاہتے ہیں کہ مسافر کو راستہ میں کوئی تکلیف یا حادثہ پیش نہ آئے اور وہ صحت وسلامتی کے ساتھ گھر واپس آئے اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے جب مسافر سفر پر روانہ ہوجائے تو گھر کے افراد میں سے کوئی بھی مرد یا عورت باوضو اکتالیس بار سورۂ فاتحہ (الحمد شریف) پڑھے اور دعا کرے کہ اللہ تعالیٰ مسافر کو سفر کے دوران محفوظ رکھے اور سلامتی کے ساتھ واپس آئے۔ انشاءاللہ تعالیٰ مسافر صحت وسلامتی کے ساتھ گھر واپس لوٹ کر آئے گا۔

غریبی اور تنگ دستی دور کرنا

جو شخص غریب ہو اور اس کا ہاتھ خرچ کے معاملے میں تنگ رہتا ہو تو اسے چاہیے کہ بعد نمازِ مغرب یا بعد نماز عشاء باوضو سورۂ مزمل (پ ۲۹) گیارہ مرتبہ پڑھے۔ سورۂ مزمل پڑھنے سے پہلے گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھے۔ سورۂ مزمل پڑھتے وقت جب فَاتَّخِذْهُ وَكِيْلًا پر پہنچے تو پچیس مرتبہ یہ کلمات پڑھے حَسْبُنَا اللّٰهُ وَ نِعْمَ الْوَكِيْلُ اس عمل کی برکت سے گھر سے غربت اور تنگ دستی کا خاتمہ ہوگا اور روزی میں برکت پیدا ہوگی۔ شرط یہ ہے کہ یہ عمل روزانہ بلاناغہ کرے اور پابندی سے کرے گا تو اس کا پھل پائے گا۔

استخارہ کرنیکا طریقہ

استخارہ کے بہت سے طریقے ہیں اور یہ استخارہ بہت مجرب ہے۔ عشاء کی نماز کے بعد دو رکعت نفل اس طرح پڑھے کہ پہلی رکعت میں الحمد شریف کے بعد قُلْ يٰۤاَيُّهَا الْكٰفِرُوْنَ (پوری سورۃ) ایک مرتبہ اور دوسری رکعت میں الحمد شریف کے بعد قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ (پوری سورۃ) ایک مرتبہ پڑھے اور نماز پوری کرکے سلام پھیرنے کے بعد اول تین بار یہ درود شریف پڑھے۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰى اٰلِ مُحَمَّدٍ وَّ بَارِكْ وَسَلِّمْ. اس کے بعد سورۂ اخلاص بارہ مرتبہ پڑھے اس کے بعد درود شریف تین مرتبہ پڑھ کر اپنے سیدھے (دائیں) ہاتھ پر پھونکے (دم کرے) وہی دایاں ہاتھ سر کے نیچے رکھ کر منہ قبلہ کی طرف کرے اور دائیں کروٹ سوجائے۔ یہ عمل تین دن یا سات دن کرے۔ ناغہ نہ کرے۔ اگر ایک دن میں معلوم ہوجائے تو پھر کرنے کی ضرورت نہیں۔ انشاءاللہ تعالیٰ اس استخارہ سے صحیح جواب مل جائے گا۔

کسی کے سامان کی جلد فروخت کیلئے

اگر کوئی شخص اپنی کوئی چیز جلد بیچنا چاہتا ہو لیکن وہ چیز جلد بکتی نہ ہو تو اس کیلئے یہ عمل بہت مجرب ہے۔ مندرجہ ذیل آیت کو باوضو تین مرتبہ پڑھ کر اس سامان یا چیز پر پھونک دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد فروخت ہوجائے گی۔

وہ آیت یہ ہے: بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ ۲o فَلَنْ اَبْرَحَ الْاَرْضَ حَتّٰى يَاْذَنَ لِيْۤ اَبِيْۤ اَوْ يَحْكُمَ اللّٰهُ لِيْ وَهُوَ خَيْرُ الْحٰكِمِيْنَ. (یوسف:۸۰)

بے خوابی اور سوتے میں ڈر جانے کیلئے

رات کو سوتے ہوئے بچہ ڈر جائے یا کوئی بڑا ڈر جائے یا ڈراؤنے خواب آئیں یا شیطانی خواب آئے یا سوتے ہوئے ڈر لگے یا انجانا خوف طاری ہو تو ان سب کیلئے آپ بچے کے سینے کے اوپر شہادت کی انگلی سے ع۔م۔ر لکھیں کسی قسم کا ڈر خوف نہ رہے گا اور نہ ہی شیطان تنگ کریگا۔ حدیث پاک میں آیا ہے کہ عمر کے نام سے شیطان بھاگتا ہے اور ع۔م۔ر سے حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ کا اسم شریف بنتا ہے۔

نظر بد کیلئے

کسی کو نظر بد لگ جائے تو باوضو ہوکر ایک بار درود شریف ابراہیمی اور ایک بار الحمد شریف پڑھ کر پھر 3 مرتبہ یہ آیت شریف پڑھیں۔ اِنْ هُوَ اِلَّا ذِكْرٌ لِّلْعٰلَمِيْنَ. (التکویر 27)

ہاتھ جل جائے تو......

اگر گھر میں کسی بچے یا بڑے کا ہاتھ جل جائے تو فوراً اُس جگہ ٹوتھ پیسٹ لگالیں فوری سکون ہوجائے گا۔ آزمودہ ہے۔

(سید جعفر حسین سیفی، شیخوپورہ)

انگور......! چھوٹی چیز بڑے فائدے

سمیرا/اسلام آباد

لیکوریا کی صورت میں خواتین کو چاہیے کہ وہ انگور کے اس میں ایک چمچہ شہد ملا کر پئیں تو یقیناً مرض دور ہو جائے گا۔ یہ خوراک دس دن کی ہے۔☆ گردے اور مثانے کی جملہ بیماریوں کو دور رکھنے کیلئے ضروری ہے کہ ایک پاؤ انگور روزانہ کھائے جائیں۔

انگور کا رنگ زرد اور سیاہ ہوتا ہے۔ کچا انگور ترش ہوتا ہے جبکہ پکا ہوا شیریں ہوتا ہے۔ اس کا مزاج پختہ کا گرم تر درجہ اول اور کچا خشک درجہ اول ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک بقدر ہضم ہے۔ دوا کے طور پر دو چھٹانک سے ایک پاؤ تک روزانہ ہے۔ انگور کے حسب ذیل فائدے ہیں:۔

انگور کے فائدے: انگور کثیر الغذا اور زود ہضم ہوتا ہے۔☆ خون صالح پیدا کرتا ہے اور مصفی خون بھی ہے۔☆ جسم کو موٹا کرتا ہے۔☆ پختہ انگور زیادہ کھانے سے اسہال آنے لگتے ہیں۔☆ کچا انگور قابض ہوتا ہے اور اسہال کے مرض میں مفید ہوتا ہے۔☆ انگور میں کاربوہائیڈریٹس' پروٹین' وٹامن اے' وٹامن سی' کیلشیم اور آئرن پائے جاتے ہیں جو انسانی صحت کیلئے بہت مفید ہوتے ہیں۔☆ جن لوگوں کا معدہ اکثر خراب رہتا ہے ان کیلئے انگور پختہ کا استعمال بے حد مفید ہے۔☆ پسینہ زیادہ آنے کی صورت میں مازو ایک تولہ' انگور کا رس چھ تولے' ٹھنڈا پانی دو تولے' ان تمام اشیاء کو ملا کر بدن پر لیپ کرنے سے فوری فائدہ ہوتا ہے۔☆ گیس یا بوجھل معدہ والے حضرات انگور کا ناشتہ کرنے سے اس مرض سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔☆ انگور دل' جگر' دماغ اور گردوں کو طاقت دیتا ہے☆ گرمی کے سر درد یا پھر آنکھ جو سرخ ہو کر درد کرنے لگے تو انگور کے پتے پیس کر پیشانی پر لیپ کرنے سے صحت ہو جاتی ہے۔☆ لاغری اور کمزوری میں اس کا استعمال مفید ہے۔☆ پرانے بخار میں انگور کا استعمال مفید پایا گیا ہے۔☆ انگور کا بکثرت استعمال گردہ کی چربی بڑھاتا ہے۔☆ چہرے کا رنگ نکھارتا ہے۔☆ اگر انگور کو تخم خطمی کے ہمراہ پکا کر ورم پر لگائیں تو ورم جلدی تحلیل ہو جاتا ہے اور صحت ہو جاتی ہے۔

☆ سینے کے جملہ امراض میں انگور بے حد مفید ہے۔

☆ پھیپھڑوں سے بلغم کے اخراج کیلئے انگور بہترین دوا ہے۔

☆ کھانسی کو ختم کرنے کیلئے انگور کے رس میں شہد ملا کر چاٹنا مفید ہوتا ہے۔☆ انگور کا جوس یا رس پینے کے بعد پانی ہرگز نہیں پینا چاہیے۔☆ عورتوں کے زمانہ حمل میں انگور کا رس پینے سے حاملہ عورت غشی' چکر' اپھارہ اور درد وغیرہ سے محفوظ رہتی ہے اور بچہ بھی صحت مند اور توانا پیدا ہوتا ہے۔

☆ جسمانی طور پر کمزور انسان ایک پاؤ شیریں انگور صبح وشام کھائیں اور رات کو سوتے وقت دودھ میں ایک چمچہ شہد ملا کر پینے سے بالکل صحت مند ہو جائیں گے۔

☆ لیکوریا کی صورت میں خواتین کو چاہیے کہ وہ انگور کے اسی میں ایک چمچہ شہد ملا کر پئیں تو یقیناً مرض دور ہو جائے گا۔ یہ خوراک دس دن کی ہے۔☆ بندش حیض میں انگور کے جوس میں ایک چمچہ شہد اور دو عدد پسے ہوئے چھوہارے ملا کر استعمال کرنا بے حد مفید ہوتا ہے۔☆ گردے اور مثانے کی جملہ بیماریوں کو دور رکھنے کیلئے ضروری ہے کہ ایک پاؤ انگور روزانہ کھائے جائیں۔☆ مرگی کے مریض کو انگور کا رس پانچ تولہ متواتر تین ماہ تک دن میں تین بار پلانے سے مرگی کا مکمل خاتمہ ہو جاتا ہے۔☆ انگور کا رس ایک چمچہ صبح وشام پلانے سے جن بچوں کے منہ اور حلق میں چھالے پڑے ہوں فائدہ ہوتا ہے۔☆ قطرہ قطرہ پیشاب آنے کی صورت میں ایک پاؤ انگور روزانہ کھانا مفید ہے۔☆ ضعف گردہ اور سخت زکام میں انگور کا استعمال بے حد مفید ہے۔☆ تین سال کے بچوں کی قبض دور کرنے کیلئے ایک چھوٹا چمچہ چائے والا انگور کا رس پلانا مفید ہوتا ہے۔☆ جو بچے دانت نکال رہے ہوں اگر انہیں ایک چمچہ انگور کا رس روزانہ پلایا جائے تو دانت بالکل آسانی سے نکل آتے ہیں اور سیدھے بھی رہتے ہیں۔☆ جن چھوٹے بچوں کو سوکھے پن کی بیماری ہوتی ہے ان کو ایک چھٹانک انگور کا رس روزانہ پلانا مفید ہوتا ہے۔☆ گردے کی پتھری کیلئے دو تولے انگور کے پتے رگڑ کر دن میں دوبار پلانے سے پتھری ریزہ ریزہ ہو کر نکل جاتی ہے ایسے مریض کو سادہ پانی بھی وافر مقدار میں پیتے رہنا چاہیے۔☆ انگور کے رس میں ایک چوتھائی چینی ملا کر رب تیار کر کے کھانے سے دل کو طاقت ہوتی ہے اور مفرح بھی ہوتا ہے۔☆ مردانہ کمزوری کو دور کرنے کیلئے ایک ہفتہ تک ہر روز ایک گھنٹہ کے ساٹھ منٹوں میں ایک دانہ انگور فی منٹ روز کھانے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔☆ انگور جگر اور آنتوں کے امراض میں بہت مفید ہوتا ہے۔☆ انگور دوا بھی ہے اور غذا بھی۔ اس لیے اس کو کھانے میں مکمل احتیاط کی جائے' ترش انگور سے پرہیز کیا جائے اور تازہ اور اچھے انگور کھائے جائیں تو یقیناً صحت اچھی رہے گی۔

سر درد کے خاتمہ کیلئے

نماز فجر کے فوراً بعد سورج نکلنے سے پہلے سبحان اللہ وبحمدہ سبحان اللہ العظیم سومرتبہ پڑھنا اپنا معمول بنائیے۔

ڈاڑھ یا دانتوں کا درد ہو تو

سب سے پہلے درود شریف سات مرتبہ پڑھیں' پھر سورۂ فاتحہ تین مرتبہ پڑھ کر "بِسْمِ اللّٰہِ وَبِاللّٰہِ اَسْئَلُکَ بِعِزَّتِکَ وَجَلَالِکَ وَقُدْرَتِکَ عَلٰی کُلِّ فَاِنَّ مَرْیَمَ تَلِدُ غَیْرَ عِیْسٰی مِنْ رُّوْحِکَ وَکَلِمَتِکَ اَنْ تُشْفِیَ مَابِفَاطِمَۃِ بِنْتِ خَدِیْجَۃَ مِنَ الضَّرِّ کُلِّھَا۔" اگر یہ کلمات یاد نہ ہوں تو آیت الکرسی پڑھ کر دم کر دے۔ انشاء اللہ درد میں افاقہ ہوگا۔

دردسر کے خاتمے کیلئے

درود شریف پڑھنے کے بعد بِسْمِ اللّٰہِ اَذْھِبْ عَنْھَا سُوْءِ وَمَحْشِہٖ بِدَعْوَتِ نَبِیِّکَ الطَّیِّبُ الْمُبَارَکَ الْمَتِیْنُ عِنْدَکَ بِسْمِ اللّٰہِ گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کیا جائے انشاءاللہ فائدہ ہوگا۔ اگر یہ کلمات یاد نہ ہوں تو سورۂ فاتحہ اور آیت الکرسی تین تین بار پڑھ کر دم کر دینے سے بھی آرام آ جائیگا۔ اگر پہلی بار دم سے پورا آرام نہ آئے تو پندرہ بیس منٹ کے وقفہ سے پھر دم کریں اور پھر اسی طرح پندرہ بیس منٹ کے وقفہ کے بعد تیسری بار دم کریں۔ انشاءاللہ دردسر سے نجات مل جائیگی۔

فقر اور تنگی معاش سے نجات کیلئے

نماز فجر کے فوراً بعد سورج نکلنے سے پہلے سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْم سو مرتبہ پڑھنا اپنا معمول بنائیے۔ انشاء اللہ اس کی معاشی حالت تبدیل ہو جائے گی اور کاروبار میں برکت آئے گی۔ اس عمل کو معمول بنائے رکھیں۔

سفلی جادو اور ٹونے کا علاج

درود شریف گیارہ مرتبہ پھر سورۂ توبہ کی آخری آیات لقد جاء سے وھو العظیم تک اور سورۂ بقرہ کے آخری رکوع کے ساتھ سورۂ اخلاص معوذتین پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ (صفحہ 280)

(مزید ایسے بہترین روحانی نسخے حاصل کرنے کیلئے "کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات کا مطالعہ کریں" نوٹ: جو عمل آزمائیں تفصیل سے لکھیں لاکھوں کا نفع' آپ کا صدقہ جاریہ)

ہیروئن کا نشہ کرتا ہوں ❁ تپ دق کا نامکمل علاج ❁ زرد آنکھیں ❁ مٹی کھاتا ہوں ❁ اختناق ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

ہیروئن کا نشہ کرتا ہوں

عمر 27 سال ہے طالبعلم ہوں۔ ہیروئن کا نشہ پانچ سال سے کرتا ہوں' طبیعت میں ہر وقت اضطراب اور بے چینی رہتی ہے۔ یادداشت بری طرح متاثر ہوئی ہے بہت بری طرح خوفزدہ ہوں' شک کا شکار ہوں۔ وہم اور فضول سوچ کا بہت غلبہ ہے' منہ میں پانی بہت آتا ہے جسے نگلنے سے معدہ بھاری ہوجاتا ہے اور پیٹ میں ہوا بھر جاتی ہے جسم میں اکثر گرمی ہوجاتی ہے۔ دھوپ میں باہر نہیں جاسکتا۔ چہرہ بے رونق ہوچکا ہے پاخانے کے ساتھ خون آتا ہے خون کی مقدار بڑھتی ہی جارہی ہے مسے وغیرہ نہیں ہیں' قبض سی رہتی ہے' نیند نہیں آتی جاگتا رہتا ہوں کبھی سو بھی جاتا ہوں تو طبیعت میں بدستور بے چینی اضطراب رہتا ہے۔ جسم تھکا تھکا سا رہتا ہے بس دل چاہتا ہے کسی سے بات نہ کروں کوئی کام نہ کروں ایک جگہ پڑا رہوں۔ دوست یار گھر والے سب برے لگتے ہیں' بہت پریشان ہوں۔ **(ر۔ب' لاہور)**

مشورہ: ستر شفائیں اور اکسیر البدن لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق کھالیا کریں۔ اوپر سے شربت شہد ہمراہ صندل الائچی ایک گلاس پانی میں حسب منشاء ذائقہ کے مطابق ملا کر ٹھنڈا کر کے پی لیا کریں۔ سر پر روغن کدو شیریں' روغن خشخاش ہم وزن ملا کر اچھی طرح مالش کیا کریں۔ غذا کے بعد سونف کا عرق آدھی پیالی پیا کریں سوتے وقت دو عدد پانی سے کھالیا کریں۔ کوشش کریں کچھ وقت اللہ والوں کے گزارا کریں۔ نماز کی پابندی لازمی کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

تپدق کا نامکمل علاج

میں جب بارہ سال کی تھی تو گلے میں بہت خارش ہوتی تھی اس کے ساتھ ہی گلا دکھتا بھی بہت تھا نزلہ گلا پکڑ لیتا تھا اور مسلسل حلق میں بہتا رہتا تھا جس کی وجہ سے یہ تکلیف ہوجاتی تھی۔ مجھے یاد نہیں کہ کبھی مجھے عام زکام ہوا ہو اور گلا نہ دکھا ہو' ہمیشہ نزلہ گلا دکھنا ساتھ ہوتے تھے پھر مجھے کھانسی کے ساتھ خون آیا۔ ڈاکٹر کے پاس گئے اس نے کہا پھیپھڑوں میں زخم ہوگئے ہیں یعنی ٹی بی اور ساتھ یہ بھی کہا کہ ٹی بی کا نو ماہ کا کورس کرنا ہوگا۔ میں نے چھ ماہ تک دوائیں استعمال کر کے چھوڑ دیں کیونکہ ان سے مجھے کوئی فائدہ نہیں ہوا خون البتہ دوبارہ نہیں آیا مگر باقی تکلیفیں گلے کی خراش' نزلہ وغیرہ اسی طرح ہیں ان میں کوئی فرق نہیں پڑا۔ **(ف' کراچی)**

مشورہ: آپ دوبارہ ان ہی معالج سے رجوع کریں جنہوں نے آپ کو ٹی بی کے زمانے کے کورس کا مشورہ دیا تھا بات یہ ہے کہ ٹی بی ایک ایسا مرض ہے کہ جس کا علاج بہت ہی زیادہ احتیاط کا متقاضی ہے۔ ڈاکٹر حکیم کے پاس اتنا وقت نہیں ہوتا کہ وہ ہر مریض کو لے کر بیٹھ جائے اور سمجھانا شروع کردے اور نہ ہی مریض یہ ٹیکنیکل باتیں زیادہ سمجھ پاتا ہے بیماری سے ویسے ہی وہ پریشان ہوتا ہے ظاہری نفع اس کے ذہن میں ہوتا ہے جیسے آپ نے دیکھا کہ خون تو بند ہوگیا باقی مرض ویسے ہی ہے اور علاج چھوڑ دیا مریض کو ذہن میں وہ ہدایات ضرور رکھنی چاہئیں جو معالج دے دیتا ہے بعض دیہاتی قسم کے ان پڑھ مریض جب مرض میں اپنے ذہن کے مطابق نفع نہیں دیکھتے تو علاج جاری رکھنے کے بجائے معالج کی نیت پر شبہ کرنے لگتے ہیں یا نفع ہوجاتا ہے تو بھی علاج چھوڑ دیتے ہیں معالج کی ہدایت پس پشت ڈال دیتے ہیں اور اس کی نیت پر شبہ کرنے لگتے ہیں بات یہ ہے کہ ٹی بی کے جراثیم کا ایک گروپ ہے جسے قبضہ میں کرنے کیلئے دواؤں کا گروپ بنایا گیا ہے اور تجربہ نے یہ ثابت کردیا ہے کہ عام طور پر عام مریضوں میں تپ دق کے کورس کو اتنے عرصہ استعمال کروایا جائے تو مریض خطرے سے باہر آجاتا ہے اب باقی باتیں آپ کا معالج سمجھاتا ہے۔ تپ دق کے جراثیم میں مدافعت کا نظام بہت مضبوط ہوتا ہے اور بہت جلدی اسے جراثیم اپنا بھی لیتے ہیں ایک بار جب علاج شروع کردیا جائے اور بھرپور انداز میں شروع کردیا جائے کم دوائیں نہ دی جائیں تو اسے کورس مکمل ہونے تک جاری رکھنا اشد ضروری ہے بغیر معالج کی اجازت کے علاج کو چھوڑنے سے مریض پریشانی میں پڑسکتا ہے تمام مریضوں کو یہ بات ذہن میں رکھنی چاہیے۔

زرد آنکھیں

آنکھوں کا رنگ زردی مائل پیلا ہے اس سے پہلے ایسا نہیں تھا بلکہ میری آنکھیں بالکل صاف اور سفید تھیں تین سال پہلے شدید گرمی پڑی میں نے بے تاب ہوکر سر پر برف رکھ لی تھی دو تین دن اسی طرح کرتی رہی یعنی جب مجھے خوب گرمی لگتی تھی تو میں سر پر برف رکھ لیتی تھی اس سے یہ ہوا کہ میرا دماغ سن ہوگیا۔ آنکھوں میں درد شروع ہوگیا۔ چکر آنے لگے اور بلڈ پریشر ہائی ہوگیا اس کے بعد سے میری آنکھوں کا رنگ پیلا رہنے لگا ڈاکٹروں سے علاج کرواتی رہی کسی نے یرقان کہا کسی نے کمزوری کی دوا دی مگر فائدہ نہیں ہوا اس طرح مایوس ہوکر آپ کو یہ خط لکھ رہی ہوں۔ **(صغریٰ بشیر' سیالکوٹ)**

مشورہ: آپ کیلئے ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ صبح کا ناشتہ انگور سے کریں۔ انگور پہلے اچھی طرح پانی سے دھولیں پھر کھائیں جس پانی سے انگور کو دھوئیں اس پانی کو خوب اچھی طرح جوش دے کر ٹھنڈا کرلیں غذا میں ٹھنڈی سبزیوں کا زیادہ استعمال کریں۔ گوشت' انڈا' مرغی' مچھلی حیوانی غذائیں ترک کردیں۔ تین بڑے چمچ خالص شہد پانچ بڑے چمچ اصلی عرق گلاب سہ آتشہ ایک گلاس پانی میں حل کر کے قدرے ٹھنڈا کر کے پی لیا کریں۔ دن میں دو بار کافی ہے۔ صبح و شام جوہر شفاء مدینہ تین تین گرام پانی سے پھانک لیا کریں۔ آنکھوں میں خالص عرق گلاب دائیں آنکھ میں تین تین قطرے بائیں آنکھ میں دو قطرے ڈالیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

اختناق

اکثر رات کو گہری نیند سوتے سوتے میرا دماغ جاگ جاتا ہے اور باوجود انتہائی کوشش کے جسم کے کسی بھی حصہ میں کسی بھی قسم کی حرکت نہیں ہوسکتی یہاں تک کہ اگر میں چیخنا چاہوں تو چیخ بھی نہیں سکتی اور کسی کو بلانا چاہوں تو بلا بھی نہیں سکتی۔ کوشش کرنے کا یہ نتیجہ ہوتا ہے کہ دماغ میں سخت کھنچاؤ پیدا ہوجاتا ہے اور دم گھٹنے لگتا ہے ایسا معلوم ہوتا ہے کہ روح نکل رہی ہے اور آخری وقت آگیا ہے پھر کچھ وقت کے بعد جسم کا

کوئی حصہ ہلانے کے قابل ہوجاتی ہوں اور اس کے بعد آنکھ کھل جاتی ہے۔ جاگنے کے بعد سخت کمزوری محسوس ہوتی ہے۔ دماغ میں درد ہونے لگتا ہے اور تمام جسم عجیب طرح کا ہوجاتا ہے۔ میری عمر 25 سال ہے۔ مرض کا پہلا حملہ سترہ سال کی عمر میں ہوا تھا میرا وزن پہلے 125 پونڈ تھا وہ بھی گھٹتے گھٹتے 100 پونڈ رہ گیا ہے۔ آنکھوں کے گرد حلقے پڑ گئے ہیں۔ ٹانگوں میں طاقت ختم ہوگئی ہے۔ اس لیے اٹھنے بیٹھنے میں تکلیف ہونے لگی ہے ڈاکٹری یا طاقت کی دواؤں سے مرض بڑھ جاتا ہے۔ **(ع، ر۔ اسلام آباد)**

مشورہ: جوان بچیوں میں اس مرض کا شافی علاج شادی ہے۔ تاہم فی الوقت آپ اصلاح معدہ پیکیج شہد کے ساتھ لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ غذا کے بعد جوارش شاہی ایک چائے کی چمچی کھائیں غذا میں گوشت انڈا مرغی مچھلی حیوانی غذائیں قطعی بند کردیں۔ بغیر پتوں کی ٹھنڈی تاثیر والی سبزیاں بغیر مرچ گرم مصالحے کے پکا کر چپاتی سے کھائیں۔ سالن دیسی گھی میں پکائیں یا اصلی مکھن میں پکائیں۔ مکھن یا دیسی گھی خالص ہونا چاہیے بلکہ بہتر یہ ہے کہ صبح کو بادام کا عمدہ حلوہ دیسی گھی میں تر بنا کر کھائیں اگر رات کو بھی یہی کھالیا کریں تو بہت ہی بہتر ہے۔ پھلوں میں انگور سب سے بہتر ہے، خوب پیٹ بھر کر کھائیں ایک دو پاخانے کھل کر آتے رہیں تو فکر نہ کریں بلکہ اگر قبض ہوجایا کرے تو پپیتہ پیٹ بھر کر کھالیا کریں سکون اختیار کریں۔ فلمیں، ٹیلیویژن، تصاویر، گانے وغیرہ کے پروگرام نہ دیکھیں۔ نماز کی پابندی لازمی کریں اور ہر وقت اٹھتے بیٹھے ذکر اور درود شریف پڑھتی رہا کریں۔

تارے تارے نظر آتے ہیں

درد کی وجہ سے سخت پریشان ہوں یہ درد کبھی زیادہ کبھی کم ہوتا ہے درد کی حالت میں مجھے تارے تارے نظر آتے ہیں اس کے بعد چند منٹ تک بینائی جواب دیدیتی ہے کوئی چیز مجھے نظر نہیں آتی۔ درد اتنا شدید ہوتا ہے کہ آنسو نکل آتے ہیں یہ کیفیت اور درد کبھی روزانہ ہوتا ہے کبھی ہفتہ پندرہ دن میں ہوتا ہے۔ مجھے نکسیر بھی آتی ہے اور الٹیاں بھی لگ جاتی ہیں۔ **(سمیرا، ہرنائی)**

مشورہ: تین گرام خشک دھنیا صاف کرکے مٹی یا چینی کی پیالی میں ڈال دیں اوپر سے پانی ڈال کر ململ کے کپڑے سے ڈھانک دیں اور اوس میں رکھ دیں صبح اٹھ کر پانی نتھار کر پی لیں۔ گرم اشیاء سے پرہیز رکھیں۔ غذا کے بعد گرما سردا بکثرت کھائیں۔ ٹھنڈی مراد مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ دھوپ سے بچیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

مٹی کھاتا ہوں

بچپن سے مٹی کھا رہا ہوں جس کی وجہ سے میرے جگر میں سخت گرمی ہے، پیاس بہت لگتی ہے دل کی دھڑکن بہت ہوجاتی ہے۔ چہرے کا رنگ زرد ہے آنکھیں زرد، بدرونق ہیں ذرا دوڑنے سے سانس بہت پھولتا ہے۔ **(محمد رشید، فیصل آباد)**

مشورہ: غذا کے بعد بیدانہ انار ضرور کھاتے رہیں اور مٹی کھانا چھوڑ دیں۔

پاؤں میں خارش

میرے پاؤں کے انگوٹھے اور انگلیاں صرف گرمیوں کے موسم میں اس قدر خراب ہوجاتے ہیں کہ ان میں سے بے تحاشہ پانی بہنا شروع ہوجاتا ہے۔ مرض مجھے پورے سات مہینے یعنی گرمیوں رہتا ہے۔ شروع میں دانے نکلتے ہیں سخت خارش ہوتی ہے پھر پانی سے بھر جاتے ہیں، پھر پانی رسنے لگتا ہے جوتے نہیں پہن سکتی۔ کسی قسم کا فائدہ نہیں ہوا۔ **(نرگس، اسلام آباد)**

مشورہ: نو دانے عناب رات کو توڑ کر ایک کپ گرم پانی میں بھگو کر رکھیں اس میں ایک چھوٹی الائچی بھی ڈال دیں صبح اٹھ کر صاف ہاتھ سے مل کر چھان لیں اور چوتھائی چمچی چینی ملا کر پی لیں۔ اکتالیس دن کریں۔ غذا میں گرم اور کھٹی چیزوں سے پرہیز رکھیں۔ صابن کا استعمال کم کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کرکے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔

(فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1

کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کھچڑی، بغیر گھی [illegible] ڈبل روٹی، کھیرے، ککڑی کا سالن، مونگ کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دیسی [illegible] براؤن بریڈ، سلاد، امرود، سنگترے، انار، خربوزہ، گرما، سردا، خربوزہ، حلوہ کدو، پپیتہ، کیلا، چھلکا اسپغول، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ گاجر، پیٹھے کا حلوہ، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سونف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، آلو بخارا، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، [illegible] نمک، [illegible] خرفہ کا ساگ، بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2

چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں ہر قسم کی، دیسی انڈے، آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، حلیم، پائے، دال مونگ، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور تازہ، چھوہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، چنے بھنے، کباب، پیاز کی سلاد، ناریل، [illegible] روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پستہ، چلغوزے، کاجو، مچھلی، گاجر کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، لونگ کا قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، مربہ تمام قسم، جو کا ستو، بھیڑ کا گوشت، [illegible] انگور، آم، [illegible] دودھ میں ملا ہوا۔

شوگر کے مریضوں کیلئے

گھیا توری، گھیا کدو، ٹینڈے، چھوٹا گوشت، کریلے، دال مونگ، دیسی مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، بغیر چھنے ہوئے آٹے کی روٹی، جو کا دلیہ، ساگودانہ، ہریسہ، کھچڑی، عرق سونف، عرق پودینہ، [illegible] [illegible] [illegible]

غذا نمبر 3

جو کا دلیہ، [illegible] ساگودانہ، کھچڑی، ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا)، [illegible] ڈبل روٹی، [illegible] براؤن بریڈ، [illegible] گاجر کا جوس، [illegible] ابلے ہوئے چاول، [illegible] دیسی مرغی کی [illegible] انار، انگور، [illegible] امرود، [illegible] کدو، ناریل کا پانی۔

دمے سے ہمیشہ کیلئے نجات

ام مریم' کراچی

امراض کے شکار افراد دھول مٹی سے بچیں تو اس سے مرض شدت اختیار کرنے سے رک جاتا ہے تاہم یہ بات پہلی بار منکشف ہوئی ہے کہ صفائی ستھرائی کے دوران اگر خواتین منہ اور ناک پر کپڑا نہ لپیٹیں تو اس وجہ سے بھی وہ بتدریج اس مرض کے قریب تر ہوتی جاتی ہیں

سلمیٰ رشید اکثر کھانسی میں مبتلا رہتی تھیں' بچپن سے ہی ان کے پھیپھڑے خاصے کمزور تھے اور سرد موسم میں وہ ٹھنڈی چیزوں کے استعمال سے پرہیز بھی کرتی تھیں۔ شوہر کے مالی حالات کے باعث ان کا شمار نہایت غربت میں زندگی بسر کرنے والوں میں ہوتا تھا۔ لہٰذا انہوں نے آمدنی میں اضافے کیلئے خود بھی کام کرنے کا فیصلہ کیا۔ شہر میں رہنے کی وجہ سے ان کو کوئی کام مل سکتا تھا لیکن تعلیم اور ہنر دونوں سے محروم ہونے کے سبب انہیں کام نہ مل سکا جب وہ ہر طرف سے مایوس ہوگئیں تو ان کی ملاقات محلے میں نئی آنے والی ادھیڑ عمر رضیہ بی بی سے ہوئی۔ دونوں کی کہانی ملتی جلتی تھی لہٰذا سلمیٰ نے انہیں ہمدرد جان کر اپنا حال دل سنا ڈالا۔ رضیہ بی بی نے انہیں تسلی دی اور کہا کہ اگر وہ چاہے تو گھریلو صفائی ستھرائی کا کام اسے مل سکتا ہے سلمیٰ بھی ہر طرف سے مایوس ہو چکی تھی اس لیے فوراً حامی بھر لی یوں انہیں روزگار مل گیا۔ اب سلمیٰ صبح سویرے بچوں کو ناشتہ کروانے کے بعد گھر اپنی بڑی بیٹی کے سپرد کرتیں اور کام پر نکل جاتیں۔ شروع شروع میں تو دو تین گھروں میں کام کیا لیکن آہستہ آہستہ گھروں کی تعداد بڑھنے لگی تو مصروفیت بھی بڑھنے لگی۔

دن گزرتے چلے گئے...... شروع کے چند ماہ تک تو حالات ٹھیک رہے لیکن رفتہ رفتہ ان کی طبیعت زیادہ خراب رہنے لگی۔ اب کھانسی کے ساتھ ساتھ انہیں سینے میں درد اور سانس لینے میں بھی دقت محسوس ہونے لگی شروع شروع تو انہوں نے اس کیفیت کو نظر انداز کیا لیکن جب ایک سرد رات میں انہیں کھانسی کے سخت ٹھسکے کے بعد سانس اکھڑتی ہوئی محسوس ہوئی تو ان کے شوہر کو حالات کی سنگینی کا اندازہ ہوا...... وہ رات اس گھرانے پر قیامت کی رات تھی۔ ساری رات وہ شدید بے چینی کے عالم میں رہیں دوسری صبح جب سلمیٰ کو ایک سرکاری ہسپتال لے جایا گیا تو ڈاکٹر نے تشخیص کی کہ انہیں ''دمہ اور سانس کی نالیوں میں سوزش کا مرض لاحق ہو گیا ہے۔ ان کیلئے ضروری ہے کہ وہ دھول' مٹی سے خود کو جتنا ہو سکے بچائیں!!۔ خبر کیا تھی اس گھرانے کیلئے ایک نئی مصیبت کا آغاز تھا۔ سلمیٰ کا کام ہی صفائی ستھرائی تھا۔ اس لیے دھول' مٹی سے بچنا ان کیلئے محال تھا۔ انہوں نے ڈاکٹر کے مشورے کو نظر انداز کیا اور دوا کے ساتھ ساتھ اپنا کام بھی جاری رکھا' اس کا نتیجہ منفی ہی نکلنا تھا سو وہی ہوا...... آج سلمیٰ دمے کی مریضہ ہیں اور اس کے ساتھ ساتھ کھانسی اور سانس کی سوزش میں مبتلا ہو کر چارپائی پر لیٹ کے بے احتیاطی سے رونما ہونے والی کیفیت کی مثال بن کر زندگی گزار رہی ہے۔

صرف سلمیٰ ہی نہیں بلکہ لاتعداد ایسی خاتون خانہ ہیں جو کہ معاشی بدحالی اور صفائی ستھرائی کے جنون میں خود کو سانس کے امراض میں مبتلا کر لیتی ہیں اور انہیں احساس ہی نہیں ہو پاتا کہ یہ مرض کیوں کر لاحق ہوا۔

حال ہی میں مغرب میں کی جانے والی یہ طبی تحقیق ایسی خواتین کی آنکھیں کھول دینے کیلئے کافی ہے تحقیق میں انکشاف کیا گیا ہے کہ جو خواتین گھر کی صفائی ستھرائی کے دوران سانس کی نالیوں کے ذریعے خود کو دھول کے ذرات سے محفوظ رکھنے کیلئے ناک اور منہ پر رومال نہیں باندھتیں وہ دمہ اور سانس کی نالیوں کی سوزش کے مرض میں زیادہ مبتلا ہوتی ہیں۔ دنیا بھر میں ان دونوں امراض کا شکار ایک تہائی خواتین اسی وجہ سے مریض بن کر صرف دوا کے آسرے پر ہی زندہ ہیں۔

اگرچہ اس تحقیق سے پہلے یہ بات تو آشکار تھی کہ مذکورہ دونوں امراض کے شکار افراد دھول مٹی سے بچیں تو اس سے مرض شدت اختیار کرنے سے رک جاتا ہے تاہم یہ بات پہلی بار منکشف ہوئی ہے کہ صفائی ستھرائی کے دوران اگر خواتین منہ اور ناک پر کپڑا نہ لپیٹیں تو اس وجہ سے بھی وہ بتدریج اس مرض کے قریب تر ہوتی جاتی ہیں۔ تحقیق میں مزید کہا گیا ہے کہ صرف دھول ہی نہیں بلکہ صفائی ستھرائی کے دوران بلیچ اور اسی طرح کی وہ مصنوعات جن کے بخارات سانس کے ذریعے پھیپھڑوں تک پہنچ جاتے ہیں وہ بھی دمہ اور سانس کی نالیوں میں سوزش کے علاوہ الرجی کو بھی جنم دیتے ہیں۔

یہ تحقیق سپین میں کی گئی ہے۔ سپین کے شہر بارسلونا میں واقع میونسپل انسٹیوٹ آف میڈیکل ریسرچ سے وابستہ ڈاکٹر جان پال زوک اس حوالے سے کہتے ہیں کہ اگرچہ گھریلو خواتین کیلئے گھر کی صفائی ستھرائی روزانہ کا معمول ہے لیکن اس سے بھی زیادہ وہ لوگ ان خطرات کی زد میں ہیں جو گھروں' دفاتر یا کارخانوں میں صفائی ستھرائی کا کام کرتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ جن وجوہات کے باعث دمہ' الرجی یا سانس کی نالیوں کی سوزش کا مرض لاحق ہوتا ہے ان وجوہات کا سامنا ایک خاتون خانہ کے مقابلے میں پیشہ ورانہ طور پر کام کرنے والوں کو زیادہ کرنا پڑتا ہے چنانچہ اسی تناسب سے وہ مرض کا شکار بھی جلدی ہوتے ہیں لیکن یہ سمجھ لینا قطعاً غلط ہوگا کہ اس طرح ایک خاتون خانہ خطرے سے بالکل دور ہے۔ ہاں فرق ہے تو صرف تناسب کا...... جتنا زیادہ اس ماحول میں رہیں گے اتنی ہی جلدی امراض کا شکار بھی ہوں گے۔

اس تحقیق میں یہ بھی انکشاف کیا ہے کہ اس طرح کا کام کرنے والے مردوں کے مقابلے میں عورتیں زیادہ امراض کا شکار ہوتی ہیں۔ صفائی ستھرائی کے کام سے وابستہ مردوں میں دمہ' سانس کی نالیوں کی سوزش اور الرجی کا تناسب پانچ فیصد جبکہ خواتین میں بارہ فیصد پایا گیا ہے۔ صفائی ستھرائی کے کام سے وابستہ ہر آٹھ میں سے ایک خاتون دمہ اور ہر چھ میں سے ایک سانس کی نالیوں کی سوزش میں مبتلا ہو جاتی ہے۔

کھیتوں' زرعی مراکز' ہسپتالوں' کیمیائی کارخانوں وغیرہ میں صفائی ستھرائی کا کام سرانجام دینے والے ہوٹلوں' باورچی خانوں یا لیبارٹری میں کام کرنے والوں کی نسبت خطرے سے زیادہ قریب ہوتے ہیں۔ اس لیے ضروری ہے کہ وہ اگر خوش قسمتی سے ان امراض میں گرفتار نہیں ہوئے ہیں تو حفاظتی اقدامات کریں۔

تحقیق میں خواتین کو مشورہ دیا گیا ہے کہ صفائی ستھرائی کے دوران ناک اور منہ پر کپڑا لپیٹیں۔ کھڑکی' دروازے اور روشندان کھلے رکھیں اور بلیچ وغیرہ جیسی مصنوعات کو استعمال کرتے ہوئے ناک پر کپڑا لپیٹنے کے ساتھ ساتھ چند لمحوں کیلئے سانس بھی روک لیا کریں تاکہ ان کے مضر بخارات پھیپھڑوں تک نہ پہنچ سکیں۔

جنت کے جس دروازے میں سے چاہے داخل ہو جائیں

رسول کریم ﷺ کا ارشاد ہے کہ تین کام ایسے ہیں جو انہیں ایمان کیساتھ کرلے وہ جنت کے تمام دروازوں میں سے جس سے چاہے جنت میں چلا جائے اور جس کسی حور سے چاہے نکاح کرلے۔ 1۔ جو اپنے قاتل کو معاف کردے' 2۔ پوشیدہ قرض ادا کردے۔ 3۔ ہر فرض نماز کے بعد دس مرتبہ سورۃ الاخلاص کو پڑھ لے۔ حضرت ابوبکر صدیق نے پوچھا: یارسول اللہ ﷺ! جو ان تین کاموں میں سے ایک کرلے؟ آپ ﷺ نے فرمایا ایک پر بھی یہی درجہ ہے۔ **(بندہ خدا' واہ کینٹ)**

دعا کی قوت سے معجزات کا ظہور

حکیم محمد سعید شہید

جب آپ (ﷺ) سے میرے بندے میرے متعلق پوچھیں تو انہیں بتادیجئے کہ میں ان سے قریب ہی ہوں پکارنے والا جب مجھے پکارتا ہے تو میں اس کی دعا قبول کرتا ہوں' لہٰذا انہیں میری دعوت قبول کرنی چاہیے اور مجھ پر ایمان لانا چاہیے

اسی (اللہ تعالیٰ) کو پکارنا برحق ہے اور یہ لوگ اس کو چھوڑ کر جن ہستیوں کو پکارتے ہیں وہ ان کی دعاؤں کا کوئی جواب نہیں دے سکتے' انہیں پکارنا تو ایسا ہے جیسے کوئی شخص اپنے دونوں ہاتھ پانی کی طرف پھیلا کر چاہے کہ پانی (دور ہی سے) اس کے منہ پر آپہنچے۔ حالانکہ پانی اس تک کبھی نہیں پہنچ سکتا بس اسی طرح کافروں کی دعائیں بے نتیجہ بھٹک رہی ہیں۔ **(قرآن مجید' الرعد: 14)**

جب آپ (ﷺ) سے میرے بندے میرے متعلق پوچھیں تو انہیں بتادیجئے کہ میں ان سے قریب ہی ہوں پکارنے والا جب مجھے پکارتا ہے تو میں اس کی دعا قبول کرتا ہوں' لہٰذا انہیں میری دعوت قبول کرنی چاہیے اور مجھ پر ایمان لانا چاہیے تاکہ راہ راست پر چلیں۔ **(قرآن مجید' البقرہ: 186)**

وہ اللہ ہی ہے جو اپنے بندوں کی توبہ قبول فرماتا ہے اور ان کی برائیوں سے درگزر کرتا ہے' اور وہ جانتا ہے جو کچھ تم کرتے ہو' وہ ایمان لانے والوں اور نیک عمل کرنے والوں کی دعا قبول کرتا ہے اور اپنے فضل سے ان کو اور زیادہ دیتا ہے' رہے انکار کرنے والے تو ان کیلئے سخت عذاب ہے۔ **(قرآن مجید' الشوریٰ' 26,25)**

دعا صرف ایک طریقہ عبادت ہی نہیں بلکہ انسان کی روح عبودیت کی تجلی ہے اور توانائی کا قوی ترین وسیلہ جس سے ہر انسان فیض یاب ہوسکتا ہے اگر آپ پر خلوص دعا کو اپنی عادت بنالیں تو آپ اپنی زندگی کو یقیناً تابناک اور کامیاب بناسکتے ہیں۔

دعا کرہ ارض کی کشش کی طرح ایک حقیقی اور واقعاتی طاقت ہے۔ طبیب کی حیثیت سے میں نے بارہا دیکھا ہے کہ جب ہر قسم کی تدبیر ناکام اور دوا بے سود ہوجاتی ہے تو عاجزانہ دعا کی برکت سے بیماری اور غم واندوہ کی گھٹائیں حیرت انگیز طریقے سے چھٹ جاتی ہیں۔ ایسے واقعات کو خرق عادت یا معجزہ کہا جاتا ہے لیکن جن مردوں اور عورتوں نے یہ دریافت کرلیا ہے کہ دعا سے روزمرہ کی زندگی میں طاقت کی ایک رو مستقل طور پر بہتی رہتی ہے ان کے دلوں میں خاموش معجزہ ہر آن رحمت کی جوت جگائے رہتا ہے۔

اکثر افراد دعا کو ایک رسم سمجھتے ہیں جس میں مخصوص الفاظ دہرائے جاتے ہیں اور وہ سمجھتے ہیں کہ کمزور لوگ ان الفاظ میں پناہ ڈھونڈتے ہیں یا مادی ضروریات کے لیے طفلانہ عرض معروض کرتے ہیں لیکن حقیقت میں یہ ایک ایسی سعی ہے جو شخصیت کے پورے طور پر نشوونما پانے کیلئے لازمی ہے صرف دعا کے اندر ہم جسم' ذہن اور روح کی مکمل ہم آہنگی سے ہم کنار ہوتے ہیں جو ایک ناتواں انسان کو ناقابل شکست طاقت بخشتی ہے۔

دعا ہمیں ایسی اثر آفریں طاقت سے کس طرح مسلح کرتی ہے؟ اس سوال کا جواب سائنس کے احاطے سے باہر ہے لیکن ہم اپنے آپ کو اس یقین دہانی سے باز نہیں رکھ سکتے کہ دعا کے ذریعہ سے انسان اپنی محدود توانائی کا رشتہ توانائی مطلق کے لامحدود مبداء سے استوار کرلیتا ہے جس وقت ہم دعا کرتے ہیں اس وقت ہم اس بے پایاں قدرت سے واصل ہوتے ہیں جو کارخانہ عالم کی روح رواں ہے ہم التجا کرتے ہیں کہ اس لامحدود طاقت سے ہماری دستگیری کی جائے خود دعا ہماری بشری کمزوریوں کو رفع کرتی اور ہمیں صحت اور قوت سے نوازتی ہے۔

دعا کیلئے کسی خاص ہیئت' وقت اور مقام کی چنداں ضرورت نہیں ہے' قبولیت کا دروازہ ہر وقت کھلا رہتا ہے ایسی دعا بالکل بے معنی ہے کہ صبح کے وقت ہم دعا کریں اور بقیہ دن بہیمانہ فسق وفجور میں گزار دیں' مخلصانہ اور صادق دعا بجائے خود راہ عمل اور طریق ہدایت ہے۔ پاک بازی کی زندگی خود ایک قسم کی دعا اور عین عبادت ہے۔ دعا مغز عبادت ہے دعا ایمان کی آواز ہوتی ہے' دعا دن کے کاموں کی کنجی اور رات کا قفل ہے۔ دعا وہ التجا ہے جس کا رخ آسمان کی طرف ہوتا ہے۔

منہ کے چھالے ختم کرنے کیلئے

کافور اور کتھہ لیجئے اور اسے پیس کر دن میں تین چار مرتبہ ان چھالوں پر ملئے افاقہ ہوگا۔ ☆ ذراسی مہندی پانی میں بھگو دیجئے اور اسے کچھ دیر چھان لیجئے دن میں دو تین بار اس سے غرارے اور کلی کیجئے' افاقہ ہوگا۔ **(مرزا منور بیگ)**

قیمت ضروری

مولانا وحید الدین خان

ایک بچہ اسکیل کے تختہ پر کھڑا ہوگیا۔ اس کے ہاتھ میں ایک روپیہ کا سکہ تھا اس نے یہ سکہ اسکیل کے مخصوص خانہ میں ڈالا

ایئر پورٹ پر خودکار اسکیل (ترازو) رکھا ہوا تھا اس میں ایک روپیہ ڈالنے کے بعد ایک ٹکٹ نکلتا تھا جس پر آدمی کا وزن چھپا ہوا ہوتا تھا

ایک بچہ اسکیل کے تختہ پر کھڑا ہوگیا۔ اس کے ہاتھ میں ایک روپیہ کا سکہ تھا اس نے یہ سکہ اسکیل کے مخصوص خانہ میں ڈالا۔ اس کے بعد کھٹ کھٹ کی آواز ہوئی اور پھر ایک چھپا ہوا کارڈ سامنے آگیا اس پر بچہ کا وزن واضح حرفوں میں لکھا ہوا تھا

بچہ کو یہ چیز ایک کھیل سی معلوم ہوئی۔ اس نے اپنے والدین سے مزید سکے مانگے۔ وہ اس فعل کو بار بار دہراتا رہا۔ ہر بار جب وہ اپنا سکہ مشین میں ڈالتا تو چند سکنڈ کے بعد ایک خوب صورت کارڈ باہر آجاتا۔ آخر والدین کے سب سکے ختم ہوگئے۔ اب ان کے پاس روپیہ کے بجائے پچاس پیسہ کا سکہ تھا۔ بچہ نے پچاس پیسہ کا سکہ لے کر اس کو مشین میں ڈالا۔ اس کے بعد کھٹ کھٹ کیا آواز تو سنائی دی مگر حسب سابق وزن کا کارڈ باہر نہیں آیا۔ مشین کی طرف سے رسپانس نہ ملنے پر بچہ رونے لگا۔

کم عمر بچہ اس واقعہ کی توجیہہ نہ کرسکا۔ مگر حقیقت یہ ہے کہ معاملہ رونے کا نہیں بلکہ سبق لینے کا تھا۔ مشین نے اپنی خاموش زبان میں ایک ایسا سبق دیا جو بچہ کے لیے اور اس کے سرپرستوں کے لیے عظیم اہمیت رکھتا تھا۔ یہ سبق کہ یہاں ہر چیز کی ایک قیمت ہے۔ اگر تم نے وہ قیمت ادا نہیں کی تو تم کو مطلوبہ چیز بھی نہیں ملے گی، حتیٰ کہ اس وقت بھی نہیں جب کہ تم نے اصل سے کم قیمت ادا کی ہو۔

یہی قانون موجودہ دنیا کے لیے ہے اور یہی قانون آخرت کے لیے بھی۔ دونوں دنیاؤں میں آدمی کسی چیز کو اسی وقت پاسکتا ہے جب کہ وہ حسب اصول اس کی پوری قیمت ادا کرے۔ جو شخص قیمت ادا کرنے پر راضی نہ ہو، اس کو یہ امید بھی نہیں کرنا چاہیے کہ اس کی مطلوبہ چیز اس کے حصہ میں آسکے گی۔

قیمت کا قانون ایک اٹل قانون ہے۔ نہ کسی کی خوش گمانیاں اس قانون کو بدل سکتیں اور نہ احتجاج اور شکایت کے ذریعہ اس کو ختم کیا جاسکتا ہے۔

شخصیت میں نکھار پیدا کرنے کے اصول

شبیر حسین، لاہور

کچھ عرصہ پہلے تک کہا جاتا رہا ہے کہ انسان کی شخصیت جس سانچے میں ڈھل گئی بس ہمیشہ کیلئے ڈھل گئی۔اسے بدلا ہی نہیں جاسکتا' اب ماہرین نفسیات نے تجربات کی روشنی میں فیصلہ دیدیا ہے کہ یہ محض مفروضہ ہے اور بے بنیاد۔

ہم اپنے ایک مشاہدے سے واضح کرتے ہیں۔گاڑی میں بہت بھیڑ تھی، بیٹھنے کو جگہ نہیں تھی، کئی مسافر کھڑے تھے' ان میں ایک خوبرو آدمی بیش قیمت سوٹ میں ملبوس کھڑا تھا۔اس نے بیٹھنے کو جگہ مانگی تو دو تین مسافر خندہ پیشانی سے سکڑ گئے اور اسے اپنے پاس بٹھالیا۔

اس کے قریب ہی ایک اور آدمی کھڑا تھا جو کسی فیکٹری کا مستری معلوم ہوتا تھا' چہرے پر مشقت اور مہنگائی کے آثار تھے اور اس کا لباس صرف قمیض اور پاجامہ تھا۔اس نے امیرانہ لباس والے خوبرو آدمی کو ایک اشارے سے جگہ حاصل کرتے دیکھا تو اس نے بھی سامنے والی سیٹ پر بیٹھے مسافروں سے جگہ مانگی۔مسافروں نے توجہ ہی نہ دی اور وہ کھسیانہ ہوکر کھڑا رہا۔

تھوڑی ہی دیر بعد گاڑی میں یہ انقلاب آیا کہ سیٹ پر بیٹھے مسافر اس مستری قسم کے غریب سے آدمی کو گھسیٹ گھسیٹ کر سیٹ پر بٹھا رہے تھے۔وہ اس قدر سکڑ گئے تھے کہ خوش پوش آدمی جگہ کی تنگی سے پریشان ہوکر اٹھ کھڑا ہوا کسی نے اس کی طرف توجہ ہی نہ دی۔مستری محفل کی جان بنا ہوا تھا۔اس کے ہونٹوں پر تبسم تھا۔وہ دھیمے دھیمے باتیں کررہا تھا اور مسافر قہقہے لگارہے تھے۔اس کے مقابلے میں خوش شکل اور خوش لباس آدمی سب کو حقارت سے دیکھ رہا تھا۔

یہ شخصیت کا کرشمہ تھا ایک نے اپنی اصل شخصیت کو مصنوعی شخصیت یعنی سوٹ بوٹ اور چہرے کی اچھی رنگت میں چھپا رکھا تھا اور دوسرے نے چہرے کی زردی اور غریبانہ لباس میں۔اصل شخصیت ایسی چیز ہے جسے نہ مخمل میں چھپایا جاسکتا ہے نہ ٹاٹ میں...... یہ درست ہے کہ چہرہ اور لباس دوسروں پر فوری طور پر ایک اثر پیدا کرتا ہے لیکن یہ اثر دیرپا نہیں ہوسکتا۔شخصیت کی اصلیت از خود سامنے آجاتی ہے۔آپ نے کئی آدمیوں کو کسی کے متعلق یہ کہتے سنا ہوگا ''وہ آدمی بظاہر جاہل اور گنوار ہے لیکن میں اس کی کسی بات کو ٹال نہیں سکتا۔وہ جو کچھ کہتا ہے میں مان لیتا ہوں'' یہ دراصل اس آدمی کی شخصیت کی تعریف ہورہی ہوتی ہے۔

خوبصورتی' قیمتی اور جدید لباس' تعلیمی ڈگریوں' کار اور کوٹھی' عہدے اور رتبے اونچی ذات اور سرکاری خطابات سے شخصیت نہیں بنتی۔شخصیت کے ساتھ ان کا تعلق دور پار کا بھی نہیں ہوتا۔شخصیت ایک اندرونی قوت ہے جسے دوسرے دیکھ نہیں سکتے بلکہ محسوس کرتے ہیں۔اگر آپ خوبرو ہیں اور آپ کی اندرونی دنیا میں نفرت بھری پڑی ہے تو وہ آپ کی خوبروئی کا تمام تر اثر زائل کردے گی۔

شخصیت اور کردار چار عناصر کا مرکب ہوتے ہیں' گھر کے اثرات' مدرسے کے اثرات' گردوپیش یعنی سوسائٹی کے اثرات کے متعلق انسان کا اپنا ردعمل......اگر آپ کسی کو دوست نہیں بناسکتے اور لوگ آپ کو کوئی اہمیت نہیں دیتے تو اس کا مطلب یہ ہے کہ آپ کی شخصیت غلط اثرات سے متشکل ہوئی ہے۔یہ اثرات انسان کے چہرے مہرے پر کم ہوتے ہیں۔ان کا اظہار کردار اور گفتار سے ہوتا ہے یا انسان کے سلوک اور برتاؤ سے۔

شخصیت بدل سکتی ہے

کچھ عرصہ پہلے تک کہا جاتا رہا ہے کہ انسان کی شخصیت جس سانچے میں ڈھل گئی بس ہمیشہ کیلئے ڈھل گئی۔اسے بدلا ہی نہیں جاسکتا' اب ماہرین نفسیات نے تجربات کی روشنی میں فیصلہ دیدیا ہے کہ یہ محض مفروضہ ہے اور بے بنیاد۔شخصیت کو انسان اپنی کوششوں سے بدل سکتا ہے اور منفی اثرات سے آزاد ہوکر نیا انسان بن سکتا ہے۔

معاشرے کے احوال وکوائف کچھ ایسی غیریقینی اور ناگفتہ بہ صورت اختیار کرگئے ہیں کہ عام شہری باعزت زندگی بسر کرنے کی جدوجہد میں اپنی اصل شکل وصورت یعنی شخصیت بگاڑ بیٹھے ہیں۔ہونٹوں سے مسکراہٹیں اور گھروں سے مسرتیں غائب ہوگئی ہیں۔لوگ ایک دوسرے کو شکی نگاہوں سے دیکھتے ہیں' خلوص اور دیانتداری ناپید ہوگئی ہے۔

ہمیں انہی حالات میں اپنی ان ڈھکی چھپی خوبیوں کو ابھارنا ہے جو معاشرتی افراتفری اور قباحتوں کے زہر کو کم کرسکتی ہیں۔یقین جانیے کہ یہی انفرادی خوبیاں ایک نہ ایک دن اجتماعی قوت بن کر معاشرے کو سدھار لیں گی اور نفسانفسی کی کیفیت ختم ہوجائے گی۔

جیسا کہ ہم کہہ چکے ہیں کہ اسی معاشرے میں آپ کو ایسے افراد نظر آئیں گے جو معاشی بدحالی اور جذباتی خلفشار کا شکار ہونے کے باوجود شگفتہ مزاج ہیں' لہٰذا دوسروں کے منظور نظر۔آپ بھی اپنی شخصیت میں یہ مقناطیسی قوت پیدا کرسکتے ہیں۔آپ کو کسی ماہر نفسیات کے پاس جانے کی ضرورت نہیں۔خود ہی ہمت کیجئے پھر اس کے نتائج دیکھئے۔آپ کو مایوسی نہیں ہوگی۔

اپنے دوستوں' پڑوسیوں اور اپنے ساتھ کام کرنے والوں میں دو چار ایسے آدمیوں کو منتخب کرلیں جنہیں ہر کوئی پسند کرتا ہے۔اس فہرست میں خوشامدیوں کو شامل نہ کیجئے۔خوشامدی بے شک منظور نظر ہوتے ہیں مگر یہ ایک قبیح عادت ہے۔اس عادت سے بچئے ورنہ ایک دو افسروں کو خوش کرتے کرتے آپ اپنے ساتھیوں اور دوستوں کی نظروں میں قابل نفرت انسان بن جائیں گے۔ان آدمیوں کو منتخب کریں جو خوشامد کے بغیر مقبول اور ہردلعزیز ہیں ان کی عادات اور طور طریقوں کا جائزہ لیجئے اور دیکھئے کہ ان میں وہ کونسے اوصاف ہیں جو دوسروں کا دل موہ لیتے ہیں۔

آپ کو ان میں یہ اوصاف نظر آئیں گے......تندرستی' شگفتہ مزاجی' اخلاقی جرأت' خوداعتمادی' کام اور فرض کی لگن' اُنس' ہمدردی' دوسروں کی ہربات کو پوری توجہ سے سننا' دوسروں کے ذاتی مسائل اور تفکرات میں دلچسپی لینا' تحمل' بردباری' خوش ذوقی' دوسروں پر اپنی رائے نہ ٹھونسنا' اپنے ذوق کو دوسروں کے ذوق پر فوقیت نہ دینا' زودپشیمانی سے گریز اور غیبت نہ کرنا' یہ تمام اوصاف احساس کمتری کو ختم کرکے خود اعتمادی پیدا کرتے ہیں اور یہی آپ کی بنیادی ضرورت ہے۔

اپنا جائزہ لیجئے: دیانتداری سے دیکھئے کہ آپ میں یہ اوصاف موجود ہیں یا نہیں؟ جی اوصاف تو یقیناً موجود ہیں لیکن آپ نے انہیں دبا رکھا ہے۔ان اوصاف پر آپ نے افسردگی اور شکست کا رنگ چڑھا رکھا ہے جب کوئی پڑوسی آپ کو اپنی کسی تکلیف کی تفصیلات سنانے لگتا ہے تو آپ کے چہرے پر اکتاہٹ چھا جاتی ہے یا پھر اس کی بات کاٹ کر آپ اپنی رام کہانی شروع کردیتے ہیں جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگ آپ کو بیکار اور 'گو دا' انسان سمجھ کر آپ کو کوئی اہمیت نہیں دیتے۔اس سے آپ کے احساس کمتری کو زیادہ تقویت ملتی ہے۔

ہچکی کیلئے

تین مرتبہ اعوذ باللہ پوری پڑھنے سے ہچکی رک جاتی ہے۔میرا آزمودہ ہے۔ **(مسز جمیل' ڈی ایچ اے' لاہور)**

دلوں کا اطمینان اور جدید سائنس

وہ پیرس کا مشہور سرجن ہے اس کے مریضوں میں الجزائر کی ایک بزرگ خاتون ہیں جن کا جسم زخموں سے چور ہے لیکن کوئی خیریت دریافت کرتا ہے تو وہ بڑے سکون و اطمینان اور مسرت کے ساتھ الحمدللہ کہتی ہے

سائنسی تحقیقات سے ثابت ہو چکا ہے کہ بہت سی بیماریاں بڑی حد تک نفسیاتی الجھن کا نتیجہ ہیں مثلاً زخم معدہ' دمہ' جوڑوں کی بیماریاں وغیرہ ان بیماریوں کی فہرست میں روزبروز اضافہ ہورہا ہے۔ ان سب کی بڑی وجہ نفسیاتی الجھنیں ہیں۔ یہ پاگل پن یا ہسٹریا (مالیخولیا) کی قسم کے عوارض نہیں ہیں بلکہ یہ جسمانی بیماریاں ہیں اوران سے موت بھی واقع ہوسکتی ہے۔ دوا ان کا عارضی اور علامتی علاج ہے۔ مریض شفائے کامل اور صحت کلی سے اسی صورت میں ہمکنار ہوسکتا ہے جب اس کو اطمینان قلب اور ذہنی سکون کی نعمت حاصل ہوجائے۔ یہ بیش بہا دولت اللہ کے ذکر کے سوا کہیں میسر نہیں۔ چنانچہ فرمان خداوندی ہے ''دلوں کا اطمینان صرف اللہ کے ذکر میں ہے'' اس کا اصل ثبوت تجربہ ہے۔

ذکر کے عجیب نورانی انوارات اور پیرس کے سرجن کا اعتراف

وہ پیرس کا مشہور سرجن ہے اس کے مریضوں میں الجزائر کی ایک بزرگ خاتون ہیں جن کا جسم زخموں سے چور ہے' لیکن کوئی خیریت دریافت کرتا ہے تو وہ بڑے سکون واطمینان اور مسرت کے ساتھ الحمدللہ کہتی ہے۔ یہ الفاظ کہتے ہوئے اس کے چہرے پر ایک عجیب چمک ظاہر ہوتی ہے۔ شدید تکلیف کے باوجود آہ وکراہ نہیں کرتی اور نہ ہی مایوسی ظاہر کرتی ہے۔ فرانسیسی سرجن حیرت سے اس مریضہ کو دیکھتا ہے کہ اس کے پائے استقلال میں ذرہ برابر لغزش نہیں' پہاڑ سے زیادہ وہ ثابت قدم ہے وہ یہ بھی نوٹ کرتا ہے کہ شدید تکلیف کے باوجود یہ ضعیفہ اشاروں ہی اشاروں میں ہاتھ باندھتی اور کچھ زیرلب پڑھتی جاتی ہے۔ ایسے عالم میں اس پر عجیب نورانی کیفیت ہوتی ہے آخر اس سرجن سے رہا نہیں جاتا وہ اس کوہ پیکر انسان سے اس اطمینان وسکون کی وجہ دریافت کرتا ہے الحمدللہ کے معنی کے بارے میں معلوم کرتا ہے۔ دوسرے ہی دن بغیر کسی سرجری کے اس کے دل و دماغ میں ایمان داخل ہوجاتا ہے۔

سکون کی تلاش

اس زمانہ میں انسان مادی ترقی کی معراج کو پہنچ رہا ہے اس نے اپنی عقلی طاقتوں کے جادو سے کائنات کو اور اس کی طاقتوں کو مسخر کرکے اپنے آرام وسکون کے وہ انتظامات کیے ہیں کہ پچھلے زمانہ کا اگر کوئی انسان آج دوبارہ آجائے تو اپنی آنکھوں پر یقین نہ کرے مگر اس سب کے باوجود آج کا انسان پچھلے زمانہ کے انسان سے کہیں زیادہ بے چین اور پریشان ہے۔ نفسیاتی امراض عام ہوتے جارہے ہیں اور ہر ایک اپنی بے سکونی کا اظہار کررہا ہے۔ اس کا اثر معاشرتی سطح پر بھی پڑرہا ہے بچوں کو ماں باپ کی توجہ نہیں مل رہی' طلاقوں کی شرح میں اضافہ ہورہا ہے۔ کتنے ہی آپ کو ایسے ملیں کہ مال واسباب کے ڈھیر لگے ہیں' رہائشگاہیں جنت نشاں بنی ہوئی ہیں' قسم قسم کے کھانوں اور مشروبات سے دسترخوان بھرے ہوئے ہیں' سامان آرائش سے مزین مجلسیں نگاہوں کو خیرہ کیے دے رہی ہیں...... مگر دل میں جیسے کانٹے چبھے ہوئے ہیں' چہروں پر مسکراہٹیں مگر دل غموں سے لہولہان ہیں۔

حقیقت میں انسان کو اپنی زندگی کے مقصد کی تلاش ہے اور جب تک اس کو یہ مقصد نہیں مل جاتا اس کو اس ذہنی وبال سے نجات نہیں مل سکتی۔ ہاں جو لوگ رازہستی کو پالیتے ہیں اور اپنی زندگی کے مقصد کے حصول کی طرف گامزن ہوجانے کی جن کو توفیق مل جاتی ہے حقیقی سکون ان کو مل جاتا ہے اس لیے کہ دلوں کا حقیقی سکون واطمینان اللہ کی ذات کے تعلق' اس سے محبت اور اس سے آس لگانے میں ہے۔ جن بندوں کا یہ حال ہوتا ہے منزل کا شوق ان پر راستہ کی مشکلات آسان کردیتا ہے اور وہ سب خوشی کے ساتھ برداشت کرلیتے ہیں۔ راستہ کی ہمواریاں ان کیلئے نشاط انگیز پیغام لاتی ہیں۔

ان کو زندگی کا لطف میسر ہوتا ہے اس کا دوسرے تصور بھی نہیں کرسکتے۔ ان کیلئے دوسروں کی مثال اس بچے کی سی ہوتی ہے جو اپنی نادانی سے کھلونوں کے پیچھے مرا جاتا ہے اور پھر اسی سے کچھ دیر کیلئے بہل بھی جاتا ہے۔ ان کو جو لذت وکیف جو حقیقی مسرت وخوشی اور جو اطمینان حاصل ہوتا ہے وہ اس کو کسی بڑی سے بڑی نعمت دنیا کے مقابلہ میں بھی چھوڑ نہیں سکتے۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

اصلاحی کیفیت

ایک بہن (پوشیدہ)

عبقری میں ایک دفعہ سبحان اللہ خان والا وظیفہ پڑھا تھا جو کہ میں ہر مشکل کام کیلئے پڑھتی ہوں اللہ کے فضل سے فوراً حل ہوجاتا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! حکیم صاحب میں اب پردے کا بہت اہتمام کرتی ہوں' ٹی وی سے دور رہتی ہوں اور پانچ وقت کی نماز کے ساتھ تہجد کا بھی اہتمام کرتی ہوں۔ آپ کے درس کا میری زندگی پر بہت اثر ہوا ہے۔ الحمدللہ میرے اندر اس وقت تو بہت سکون ہے اور میں چاہتی ہوں یہ سکون وقت کیساتھ ساتھ زیادہ ہو کم کبھی نہ ہو۔ محترم حکیم صاحب میرے وظائف یہ ہیں:۔

ہر نماز کے بعد: 2 انمول خزانے ایک خاص اور جائز مقصد کیلئے پڑھتی ہوں' سات دفعہ ہر نماز کے بعد سورۂ توبہ کی آخری آیت (قل حسبی اللہ) والی۔ سات دفعہ آپ ہی نے بیان میں بتایا تھا (بسم اللہ علی دینی و نفسی ......) والی دعا۔ آیت الکرسی اور سورۂ توبہ کی آخری دو آیات پڑھتی ہوں۔

ذکر وتسبیح: استغفار تین تسبیح' درود شریف جس کی آپ نے عبقری میں اجازت دی تھی (صلی اللہ علی محمد) کی تین تسبیح اور اس کے علاوہ ایک تسبیح (شکر والی)۔ قرآن کی تلاوت روزانہ ترجمے کے ساتھ۔ اس کے علاوہ مسنون دعائیں بھی پڑھتی ہوں۔ یہ سب پڑھنے سے میرے اندر بہت سکون ہوتا ہے آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ آپ نے ایک بیان میں بتایا تھا کہ جو شخص راتوں کو اللہ کا قرب اور نبی کریم ﷺ کی محبت چاہتا ہے اسے چاہئے کہ وہ کثرت سے اس کا ورد کریں۔ (بِسْمِ اللّٰہِ عَلٰی دِیْنِی اَللّٰہُ حَافِظُ) اس کے علاوہ سورۂ کوثر کی برکت ہمارے گھر میں بہت زیادہ ہے اور مجھے عورتوں کی تبلیغ کرنے کا بہت شوق ہے اور دعا کریں کہ اللہ میرا شوق پورا کردے مجھے دین سے اور دین دار بندوں سے بہت محبت ہے۔

عبقری میں ایک دفعہ سبحان اللہ خان والا وظیفہ پڑھا تھا جو کہ میں ہر مشکل کام کیلئے پڑھتی ہوں اللہ کے فضل سے فوراً حل ہوجاتا ہے۔ بہت لاجواب وظیفہ ہے۔

اول وآخر تین تین دفعہ درود شریف۔ ایک دفعہ سورۂ فاتحہ اور تین دفعہ سورۂ اخلاص یقین اور توجہ کے ساتھ پڑھتی ہوں مشکل حل ہوجاتی ہے۔

دشمن پر غلبہ پانے کا انوکھا انداز

بنت شفیع، لاہور

معالجین کہتے ہیں کہ جب کسی دوسرے کے خلاف اپنے دل میں نفرت اور انتقام کے جذبات کو پروان چڑھایا جائے تو اس سے خود آپ کی صحت بھی تباہ ہونے لگتی ہے۔ خون کے دباؤ کا مرض یعنی بلڈ پریشر عموماً نفرت کی ہی وجہ سے جنم لیتا ہے

ایک مقولہ ہے کہ زندگی محبت کرنے کیلئے ہی کم ہے' اس میں لوگ نفرت اور انتقام کی گنجائش کس طرح پیدا کر لیتے ہیں' بات چھوٹی سی ہے لیکن اس میں بڑی حکمت پوشیدہ ہے۔

دنیا کے تمام الہامی مذاہب بشمول اسلام انسان دوستی کا درس دیتے ہیں لیکن افسوس کہ ان مذاہب کے پیروکار ہونے کے باوجود ہم عموماً ان کی تعلیمات کا اطلاق اپنی شخصیت پر نہیں کرتے ہیں۔

محبت' نفرت اور انتقام یہ سب انسان کی فطری جبلت کا اہم حصہ ہیں اسی لیے تعلیم دی جاتی ہے کہ نفرت اور انتقام سے بچنے کیلئے اپنے اندر قوت برداشت پیدا کی جائے۔

نفرت بظاہر ایک دلی جذبہ ہے لیکن حقیقت یہ ہے کہ اس سے انسان کی پوری شخصیت اور جسمانی صحت بھی بری طرح متاثر ہوتی ہے۔ نفرت کا جذبہ دل میں پالنے سے چہرے پر سختی آجاتی ہے پیشانی شکن آلود اور چہرے پر جھریاں پڑ جاتی ہیں' مسکراہٹ غائب ہو جاتی ہے' غصے کی وجہ سے لہجہ سخت ہو جاتا ہے۔ اگر نفرت کا جذبہ اور انتقام کی لو دل میں جلتی رہے تو پھر اس کے باعث دشمن سے زیادہ قابل رحم تو ان منفی جذبوں کو اپنے دل میں پالنے والا ہو جاتا ہے۔

انسان کی زندگی میں داخلی خوشی کیلئے تمام ادیان و عقائد ''درگزر'' اور ''معافی'' کا درس دیتے ہیں۔ درگزر اور محبت ایک ایسا جذبہ ہے جو انسان کی روح کو سکون فراہم کرتا ہے جب ہم اپنے دشمنوں سے نفرت کرتے ہیں تو اس سے بظاہر وہ متاثر ہوں یا نہ ہوں لیکن ہم خود اپنے رویے سے انہیں دماغی طور پر اپنے اوپر غالب آنے کا موقع فراہم کر دیتے ہیں۔ طبی طور پر دیکھا جائے تو دشمن کے متعلق مستقل سوچتے رہنے سے ہماری نیند اور بھوک مٹ جاتی ہے خون کے دباؤ سے ہماری صحت غارت اور خوشیاں دور ہونے لگتی ہیں۔ اگر ہمارے دشمنوں کو صرف اتنا معلوم ہو جائے کہ ان کی وجہ سے ہم کس قدر پریشان ہو رہے ہیں اور وہ ہمارے احساسات کو کس قدر مجروح کر رہے ہیں تو وہ خوشی سے جھوم اٹھیں گے۔ اپنے دل میں جذبہ نفرت پالنے سے ہمارے دشمن کو کوئی نقصان نہیں پہنچ سکتا البتہ یہ خود ہمیں بری طرح متاثر کرنے لگتا ہے۔

ایک قول ہے کہ ''اپنے آپ سے ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش نہ کرو۔ جب تم بدلہ لینے کے درپے ہوتے ہو تو کسی دوسرے کے بجائے خود اپنے آپ کو نقصان پہنچاتے ہو۔''

معالجین کہتے ہیں کہ جب کسی دوسرے کے خلاف اپنے دل میں نفرت اور انتقام کے جذبات کو پروان چڑھایا جائے تو اس سے خود آپ کی صحت بھی تباہ ہونے لگتی ہے۔ خون کے دباؤ کا مرض یعنی بلڈ پریشر عموماً نفرت کی ہی وجہ سے جنم لیتا ہے۔ یہی نفرت بڑھ جائے تو امراض قلب کی شکایات بھی پیدا ہو جاتی ہیں۔ جذبہ نفرت کھانوں کی لذت سے ہمیں محروم کرنے لگتا ہیں' بھوک کا احساس ختم ہونے لگتا ہے اور دماغی تناؤ بڑھ کر ہمیں اعصابی مریض بنا دیتا ہے۔

تعلیمات اسلام اور نبی آخر الزمان حضرت محمد مصطفی صلی اللہ علیہ وسلم نے دشمن کو معاف اور درگزر کرنے کی تلقین کی ہے۔ یہ صرف رحم کرنے اور معاف کر دینے کا درس نہیں ہے بلکہ مضبوط سماجی تعلقات کے استوار ہونے کا بنیادی اصول بھی ہے۔ ہمیں چاہیے کہ جب کسی کی بات سے دل میں جذبہ نفرت بیدار ہونے لگے تو ہمیں اس کے ذمے دار کو اپنی خوشی اور صحت کی خاطر ہی سہی لیکن معاف کر دینا چاہیے۔ ناخوش گوار بات یا واقعے کو فراموش کر دینا بہتر ہے یہی ایک بہترین اصول ہے۔ ایک کہاوت ہے کہ ''وہ شخص بیوقوف ہے جو ناراض ہونا جانتا ہی نہیں لیکن عقلمند وہ بھی نہیں جو ناراض ہونا جانتا ہے بلکہ عقلمند وہ ہے جو ناراض ہونے کے بجائے معاف کر دینے اور درگزر کا حوصلہ اپنے اندر رکھتا ہے''۔ یہی درس ہمیں آنحضرت محمد مصطفی صلی اللہ علیہ وسلم کی زندگی سے بھی ملتا ہے۔ ایک حدیث میں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا ''تم بندوں پر رحم کرو' اللہ تم پر رحم کرے گا۔''

کیا آج ہم اس ہدایت پر عمل کرتے ہیں؟ شاید مکمل طور پر نہیں! آج ہمیں کوئی معمولی سی بات بھی طیش دلانے کا سبب بن جاتی ہے اور ذرا ذرا سی معمولی بات پر بھی ہم دل میں کینہ اور نفرت اس طرح پال لیتے ہیں کہ خود اندر ہی اندر اس گھن کا شکار ہونے لگتے ہیں لیکن پھر بھی اپنی اصلاح کیلئے غور نہیں کرتے۔

جب ہم دل میں نفرت پال کر جذبہ انتقام کی پرورش کرتے رہتے ہیں تو اس مرحلے میں ہم اور دشمن دونوں برابر کی سطح پر ہوتے ہیں اور اسی وجہ سے ہم دشمن پر غالب آنے کے راستے تلاش کرتے ہیں۔ ذرا سوچیں! کہ اگر آپ کو دشمن پر غالب آنے کا راستہ مل جائے تو کیا صدق دل سے اس پر عمل کر لیں گے......یقیناً جواب ہاں میں ہوگا اور آپ راستہ پوچھیں گے تو جواب وہی ہے کہ ''معافی اور درگزر''۔

جی ہاں یہی وہ راستہ ہے' یہی وہ طریقہ ہے کہ جس پر چلا جائے' جسے اپنا لیا جائے تو نہ صرف دشمن پر غالب آیا جا سکتا ہے بلکہ اس سے جو دلی اطمینان و سکون میسر آیا ہے اس کا اندازہ صرف وہی لوگ کر سکتے ہیں جنہوں نے اس پر عمل کیا ہو۔ اگر ہم نے وہی ذہنی جسمانی اور جذباتی خصوصیات اپنے اندر پیدا کر لی ہیں جو کہ ہمارے دشمنوں کا خاصہ ہیں تو پھر جان لیں کہ ہم میں اور ان میں بالکل فرق نہیں ہے۔ بظاہر دونوں ایک دوسرے کے خلاف مدمقابل ہوں گے لیکن اخلاقی گراوٹ کی سطح دونوں کی ایک ہی ہوگی۔ اس لیے ہمیں اپنے دشمنوں سے نفرت کرنے کے بجائے ان کی اخلاقی گراوٹ پر ترس کھانا چاہیے اور خدا کا شکر ادا کرنا چاہیے کہ ہم ان جیسے نہیں۔

ہمیں اپنے دشمنوں سے نفرت کرنے اور ان سے انتقام لینے کے بجائے انہیں اپنی ہمدردی' اپنی مدد اور اپنی دعاؤں سے نوازنا چاہیے۔ اگر ہم ایسا رویہ اختیار کرنا چاہتے ہیں جو ہمیں سکون اور اطمینان قلب دے تو پھر ہمیں اپنے دشمنوں سے انتقام لینے کی کوشش نہیں کرنی چاہیے کیونکہ ایسا کر کے ہم ان کے بجائے اپنے آپ کو زیادہ نقصان پہنچائیں گے۔ جن لوگوں کو ہم ناپسند کرتے ہیں ان کے متعلق ایک لمحے کیلئے بھی سوچنا وقت کو ضائع کرنے کے برابر ہے کیونکہ نفرت اور انتقام کی آگ آپ کے دشمن کو تو شاید نہ جلا پائے مگر آپ اس میں ضرور جل کر خاکستر ہو سکتے ہیں۔ اس لیے بہترین حل یہ ہے کہ نفرت اور انتقام کے بجائے محبت اور رحم سے کام لیجئے اس سے نہ صرف خدا خوش ہوگا بلکہ آپ کی اخلاقی برتری بھی آپ کو سماج میں ممتاز مقام دلوائے گی۔

انسان کا ہر عمل اس کے رزق پر اثر ڈالتا ہے

نماز میں ہم خدا کی عبادت کرتے ہیں اور اس کے صلے میں ہمیں رزق ملتا ہے صبح کی بیداری ہمارے لیے سعادت بھی ہے اور معیشت بھی مہمان کی خدمت ثواب بھی ہے اور رزق بھی دیانتداری اخلاق بھی ہے اور اقتصادی بھی صلہ رحمی نیکی بھی ہے

زمین کی تمام مخلوق کا رزق اللہ کے ذمے ہے

ترجمہ: ''زمین پر چلنے والا کوئی ایسا جاندار نہیں ہے جس کا رزق اللہ کے ذمے نہ ہو۔'' (ھود۔6) وہ کون ہے جو تم کو رزق پہنچاتا ہے اگر اللہ اپنا رزق بند کرلے۔ **(الملک۔12)**

انداز کلام میں کیسا بڑا چیلنج دیا جارہا ہے جس کا آج تک مالک الملک کی بارگاہ میں کوئی جواب پیش نہ کرسکا۔ پس اللہ ہی کی ذات ہے جس کے علم میں سب کا حتیٰ کہ ایک ایک کیڑے مکوڑے کے کھانے اور اس کو سامان زیست پہنچانے کا بندوبست ہے۔ اب اس حقیقت کو جاننے کے باوجود تم اگر روگردانی کرتے رہو کہ تمہارا کبھی محاسبہ نہ ہوگا کوئی جزا وسزا کا وقت نہیں آئے گا کوئی بازپرس نہ کرے گا تو یہ سخت نادانی ہے تم اس عالم تخلیق کو محض ایک ڈھونگ یا تماشا سمجھتے ہو۔

ترجمہ: ''اللہ ہی ہے جس نے تم کو پیدا کیا' پھر تمہیں رزق دیا' پھر وہ تمہیں موت دیتا ہے پھر تمہیں زندہ کرے گا۔ (روم 40)

یعنی اللہ نے زمین سے تمہارے لیے رزق کے جملہ وسائل فراہم کردیئے اور ایسا نظام کردیا کہ رزق کی گردش میں سے ہر ایک کو حصہ ملتا رہے۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام کی اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں کی جانے والی دعا میں رزق کے مفہوم میں بمعنی پھل استعمال ہوا ہے۔ جہاں واضح ہوتا ہے کہ خداوند کریم کے ذمہ تمام مخلوق خدا کا رزق دینا ضروری ہے اب وہ دعا ملاحظہ فرمائیے جو انہوں نے رب العالمین کی بارگاہ میں مانگی تھی اور پھر اللہ تعالیٰ کے جواب پر بھی غور فرمائیے!

''اے میرے رب! اب شہر (مکہ) کو امن کا شہر بنادے اور اس کے باشندوں کو جو اللہ اور آخرت کو مانیں انہیں ہر قسم کے پھلوں کا رزق عطا فرما۔''

جواب دیا جاتا ہے رب العالمین کی جانب سے۔

''اور جو نہ مانے گا چند روزہ دنیا کی زندگی میں سامان (رزق) اس کو بھی دونگا مگر آخر کار اسے عذاب جہنم کی طرف گھسیٹوں گا اور وہ بدترین ٹھکانہ ہے۔ (البقر۔126)

ایک اور مقام پر ارشاد ہوتا ہے کہ دینے والا دینے کیلئے کوئینہ کوئی صورت نکال لیتا ہے مگر ان کو جو اس سے ڈرتے ہیں۔

ترجمہ: جو اللہ سے ڈرتے ہیں اللہ ان کیلئے مشکلات سے نکلنے کا کوئینہ کوئی راستہ پیدا کردے گا اور ایسے راستے سے رزق دے گا جدھر ان کا گمان بھی نہیں ہوتا ہو۔ (الطلاق 3۔2)

انسان کا ہر عمل اس کے رزق پر اثر ڈالتا ہے

انسان کا ہر اچھا برا عمل اس کے رزق پر اثر انداز ہوتا ہے۔ اچھے عمل سے رزق بڑھتا ہے اور برے عمل سے گھٹتا ہے' اچھے برے اعمال رزق میں کمی بیشی کے اسباب ہیں یہ اسباب جب بھی اور جہاں بھی پائے جائیں گے ان کے نتائج ضرور سامنے آئیں گے یہ ایک بنیادی حقیقت ہے۔

روزی وہ ہے جو عزت سے ملے

دنیا میں رزق تو سب کو ملتا ہے مگر رزق کی دو قسمیں ہیں ایک وہ رزق جو آدمی عزت و ناموس بیچ کر لیتا ہے جس کے پیچھے بندہ بھاگتا ہے' محنت' مشقت کرتا ہے' رسوائی جھیلتا ہے تب جاکر ہاتھ آتا ہے اور وہ بھی تھوڑا تھوڑا یہ رزق مسلط ہے بندہ اس کے قبضے میں ہے اور مصیبت کا شکار رزق مسلط بندے کیلئے خدا کی طرف سے ابتلا اور آفت ہے۔

دوسرا رزق وہ ہے جو بندے کو آسانی اور سکون کے ساتھ مل جاتا ہے۔ یہ رزق خدا کی طرف سے نعمت ہے اور خود چل کر بندے کی طرف آتا ہے یہ رزق مسخر ہے اور یہی حقیقی روزی ہے اس میں انسان کیلئے خوشحالی بھی ہے اور عزت وتکریم بھی قرآن اسے رزق طیب اور رزق کریم کہتا ہے انسان کو چاہیے۔

اپنڈکس کا فوری اثر روحانی علاج

یہ عمل میں نے اپنڈکس کے تین مریضوں پر خود کیا تھا اور یہ وہ مریض تھے جن کو ڈاکٹرز نے آپریشن کیلئے دن اور وقت بھی دے دیا تھا مگر اللہ کے فضل وکرم سے اب ان کا چوتھا سال جارہا ہے اور وہ بالکل ٹھیک ہیں۔ طریقہ علاج یہ ہے: ایک چٹکی نمک کی لے کر اس پر گیارہ دفعہ آیۃ الکرسی اور یاعظیم سات بار پڑھ کر نمک پر دم کرکے اس کو پانی میں ڈال کر پی لیں۔ اس عمل کو دن میں 3 مرتبہ کرلیں۔ انشاء اللہ اپنڈکس ختم ہوجائے گا۔ **(محمد حامد' ساہیوال)**

ماسٹر حکیم اللہ، ضلع دیر پائین

دین کا ایک لفظ سیکھنے پر دوگنا انعام

شکاری نے منت سماجت کی لیکن وہ اس پر راضی ہوئے کہ اگر پرندے پکڑے گئے تو ہمیں دو پرندے حوالہ کریں گے

ایک شکاری آدمی ایک دن جنگل میں پرندے پکڑتا تھا۔ اور دوسرے دن دریا سے مچھلی پکڑ کر فروخت کرتا تھا اور اپنے بال بچوں کیلئے روزی کماتا تھا۔ ایک دن شکاری پرندے پکڑنے کیلئے جنگل چلا گیا' جال بچھا کر دانے ڈالے اور درخت کی اوٹ میں پناہ لیکر انتظار میں بیٹھا۔ تھوڑی دیر بعد چند پرندے جال کے قریب آئے۔ اسی دوران جال کے قریب ہی راستے پر دینی مدرسہ کے دو طالب علم آرہے تھے اور زور زور سے باتیں کررہے تھے شکاری ان کے آگے جاکر درخواست کرنے لگا کہ آپ یہاں تھوڑی دیر کیلئے رک جائیں اور باتیں بند کریں۔ میں نے پرندوں کو پکڑنے کیلئے جال پھیلایا ہے اور چند پرندے جال کے قریب بھی آئے ہیں۔ ایک طالب علم نے کہا کہ بھائی! یہ اللہ کا جنگل ہے' کسی کے باپ کا نہیں کہ ہم کو یہاں پر بات کرنے سے منع کرے ہم باتیں کرتے رہیں گے۔

شکاری نے منت سماجت کی لیکن وہ اس پر راضی ہوئے کہ اگر پرندے پکڑے گئے تو ہمیں دو پرندے حوالہ کریں گے بہت دنوں سے مدرسے میں گوشت نہیں کھایا۔ شکاری نے بھی شرط لگائی کہ جس چیز کے بارے میں آپ باتیں کررہے تھے وہ بھی مجھے سکھاؤ گے۔ طالب علموں نے کہا ٹھیک ہے اور خاموش ہوکر بیٹھ گئے۔

تھوڑی دیر کے بعد پرندے جال میں پھنس گئے شرط کے مطابق دو پرندے طالب علموں نے لے لیے اور باقی شکاری نے لے لیے اور شکاری نے پوچھا کہ آپ دونوں کس چیز کے بارے میں بحث کررہے تھے جواب دیا کہ ہم دونوں میراث کے ایک مسئلہ میں الجھے ہوئے تھے کہ خنسا مشکل کو میراث میں کتنا حصہ ملے گا شکاری نے پوچھا کہ خنسا مشکل کون ہوتا ہے جواب دیا کہ یہ ایک ایسا انسان ہوتا ہے جو نہ مرد ہوتا ہے اور نہ عورت شکاری جواب سن کر اپنے گھر چلا گیا۔ اگلے دن شکاری دریا پر مچھلیاں پکڑ رہا تھا کہ شام کے قریب ایک مچھلی جال میں پھنسی جو بہت بڑی اور خوبصورت تھی ہر قسم کے رنگ مچھلی پر لگے ہوئے تھے۔ شکاری مچھلی کو پانی میں ڈال کر زندہ گھر لے آیا۔ بیوی نے مشورہ دیا کہ اس مچھلی کو بادشاہ کی خدمت میں تحفہ پیش کریں۔ مچھلی کو دیکھ کر بڑا انعام دیگا۔

اگلے دن شکاری مچھلی لیکر بادشاہ کی خدمت میں پیش ہوا۔ بادشاہ مچھلی دیکھ کر بہت خوش ہوا اور (باقی صفحہ نمبر 43 پر)

کالے جادو سے تڑپتے سسکتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

نافرمان بیٹا | ضد کے پکے | شادی میں رکاوٹ | میں تباہ ہوجاؤں گا | سانس رک جاتا ہے

قارئین! جب دینی زندگی پرخزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

شادی میں رکاوٹ

(شاہدہ حمید)

عمر زیادہ ہوگئی ہے لیکن ابھی تک شادی نہیں ہوسکی ہے پہلے دو تین جگہ بات طے ہوئی اور دو جگہوں پر منگنی بھی ہوگئی لیکن پھر پتہ چلا کہ لڑکا ٹھیک نہیں ہے۔ ایک لڑکا تو شادی شدہ اور بچوں والا نکلا چنانچہ منگنی ختم کردی گئی اب جس جگہ بات چل رہی ہے وہ لڑکا بیرون ملک جانا چاہتا ہے لیکن اب تک بات نہیں بنی ہے اب بات تقریباً طے ہونے والی ہے۔ لڑکا بیرون ملک اس لیے جانا چاہتا ہے کہ یہاں وہ برسر روزگار نہیں ہے اور اس کے خاندان کے دیگر افراد بیرون ملک ہیں۔ ہر بار کوئی نہ کوئی رکاوٹ آڑے آجاتی ہے۔ ان رکاوٹوں کے دور ہونے کیلئے کوئی دعا کوئی اسم بطور ورد بتادیں۔

مشورہ: آپ اور آپ کے منگیتر نماز فجر کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک سو ایک بار لا الـــہ الا اللـــہ الـملک الحق المبین○ پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں پورے عجز وانکسار سے دعا کیا کریں کہ وہ آپ کے مسائل کو جلد حل فرمادیں۔ انشاءاللہ جلد نتائج ظاہر ہوں گے کم ازکم چار ماہ تک اس وظیفے پر عمل کریں۔

میں تباہ ہوجاؤں گا

(شفقت علی' کراچی)

میں کسی لڑکی کو بہت پسند کرتا ہوں اور وہ بھی مجھے پسند کرتی ہے۔ میں نے اپنے گھر والوں کو راضی کرنے اور اس کے گھر بھیجنے کیلئے بہت کوشش کی لیکن وہ نہ مانے۔ اب لڑکی کی کہیں اور بات طے ہوچکی ہے میں حد درجہ پریشان ومغموم ہوں۔ کچھ سمجھ میں نہیں آتا۔ یہی بات سمجھ میں آتی ہے کہ کسی طرح میرے گھر والے مان جائیں اور لڑکی کی بات ختم ہوجائے۔ اگر ایسا نہ ہوا تو میں ضرور کچھ کرلوں گا۔ میری تعلیم کا آخری سال ہے لیکن پڑھنے کو قطعاً جی نہیں چاہتا۔ لگتا ہے کہ میں تباہ ہوجاؤں گا۔

مشورہ: آپ اللہ تعالیٰ پر کامل بھروسہ اور یقین رکھیں کہ جو کچھ آپ کیلئے بہتر ہے وہ واضح ہوکر سامنے آجائے تاکہ آپ کو اطمینان حاصل ہوجائے۔ اللہ تعالیٰ جو کچھ کرتے ہیں اس میں بندے کی بہتری ہوتی ہے۔ آپ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد اکتالیس اکتالیس بار سورۂ اخلاص کا ورد کرکے اللہ تعالیٰ سے صرف فضل وکرم کی دعا کیا کریں۔ نوے دنوں تک۔

دوسری شادی

(مدثر علی' لاہور)

میں کسی کو پسند کرتا تھا۔ گھر والوں نے میری مرضی کے خلاف زبردستی میری شادی کردی جبکہ میں شادی کرنا نہیں چاہتا تھا۔ میں اب بھی اس لڑکی کو پسند کرتا ہوں اور چاہتا ہوں کہ اس سے میری شادی ہوجائے اور میں پہلی بیوی کو بھی خوش رکھوں۔ میں دن رات اسی فکر میں مبتلا رہتا ہوں اور کسی کام میں دل نہیں لگتا۔ کوئی ایسا ورد یا وظیفہ بتادیں کہ جلد میری خواہش حقیقت کا روپ دھارلے۔

مشورہ: آپ صرف اپنی موجودہ ازدواجی زندگی پر پوری توجہ دیں اور اسے خوشگوار بنائیں۔ اس طرح آپ حقیقی خوشی اور مسرت حاصل کرسکیں گے ورنہ آپ کو ہمیشہ تکلیف کا سامنا رہے گا۔ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار یَـاسَلَامُ الْـمُهَيْـمِنُ الْقُدُّوْسُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ چالیس روز تک۔

ذہنی پریشانی

(غلام رسول' ڈیرہ غازیخان)

مجھے ذہنی پریشانی وہم اور خوف نے پریشان کیا ہوا ہے۔ کسی سے بات نہیں کرسکتا گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ بات کرلوں تو بعد میں مسلسل سوچتا ہوں کہ میں نے غلط کیا یا صحیح بات کی وغیرہ وغیرہ۔ ان تکالیف کا بہت علاج کروایا لیکن ابھی تک افاقہ نہیں ہوا ہے۔ کوئی ایسا اسم یا عمل بتادیں کہ جس سے جلد صحت یاب ہوجاؤں۔

مشورہ: آپ نماز فجر کے بعد کسی مناسب جگہ بیٹھ کر ذہن کو تمام خیالات سے خالی کرلیں آنکھیں بند کرلیں۔ آہستگی سے سانس لیں اور جب سانس پورا ہوجائے تو ایک بار یَـاحَـفِـيْـظُ يَـابَدِيْـعُ پڑھ کر باہر نکال دیں۔ اس طرح دس منٹ تک کرتے رہیں۔ یہ عمل خالی پیٹ انجام دیا جائے۔ علاوہ ازیں رات کو سونے سے پہلے بستر پر بیٹھ جائیں اور دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر سات بار یا اللہ یا حفیظ یا بدیع یا بدیع العجائب بالخیر یا بدیع پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ اس طرح تین بار کرنے کے بعد سوجائیں۔

ذہن ساتھ نہیں دیتا

(انعم' لاہور)

میں میڈیکل کی طالبہ ہوں جب بھی پڑھنے بیٹھتی ہوں ذہن پوری طرح ساتھ نہیں دیتا۔ استاد لیکچر دیتے ہیں تو پوری بات ذہن نشین نہیں ہوتی۔ میڈیکل میں بہت محنت اور بات کو پوری طرح سمجھنا ضروری ہے۔ اس لیے سخت اضطراب میں مبتلا ہوجاتی ہوں۔ امید ہے کہ کوئی طریقہ وعمل ایسا بتائیں گے کہ ذہن تیز کام کرنے لگے اور جلد بات ذہن نشین ہوجائے۔

مشورہ: نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار رَبِّ اَعْـلِـيْـمٌ پڑھا کریں۔ رات کو سونے سے پہلے وضو کرکے بیٹھ جائیں اور آنکھیں بند کرکے تصور کریں کہ آپ عرش کے نیچے موجود ہیں۔ اس تصور کے ساتھ الا انہ بکل شی محیط کا ورد اندازاً دس منٹ تک کرتی رہیں۔ نماز فجر کے بعد ایک سو ایک بار یَارَحِیۡمُ پانی پر دم کرکے پی لیا کریں۔

اجازت

(مسز شہزاد' گوجرانوالہ)

میں نے پہلے سورۂ یوسف کا ورد شروع کیا اور ساتھ ہی دعا کرتی رہی کہ بیٹا نیکی کا راستہ اختیار کرے اور راہ راست پر آکر توجہ اپنی تعلیم پر دے۔ اس کی اجازت چاہتی ہوں۔ میری چھوٹی بہن اپنے بچے کیلئے سورۃ النساء پڑھ

رہی ہے۔ خدا کرے اس کے تمام بچے پڑھائی پر توجہ دیں۔ ہم نے بہت پہلے یہ وظائف عبقری سے نوٹ کیے تھے لیکن اب دوبارہ اجازت چاہتی ہوں۔ میرے جوڑوں میں درد رہتا ہے اس کیلئے سورۂ لقمان رات کو سونے سے پہلے پڑھتی ہوں۔

مشورہ: سورۂ یوسف کا ورد چالیس روز کریں۔ بعدازاں روزانہ رات کو ایک بار سورۂ کوثر پڑھ کر بیٹے کے تکیے پر دم کردیں اور خیال رکھیں کہ یہ تکیہ اور شخص استعمال نہ کریں۔ بہن سے کہیں کہ وہ موجودہ عمل کے ساتھ ساتھ پانی پر ایک سو ایک بار یارحیم دم کرکے بچوں کو پلائیں۔ آپ کو عبقری میں شائع ہونے والے وظائف کی اجازت ہے۔

ضد کے پکے

(ع.........سکھر)

بھائی اور بہن دونوں ضد کے پکے ہیں۔ اپنی بات کے آگے کسی کی نہیں سنتے اور بہت جلد غصے میں آجاتے ہیں۔ غصے میں اونچی آواز میں بات کرتے ہیں اور والدہ کا لحاظ بھی نہیں کرتے۔ حصول علم میں بھی انہیں کوئی خاص دلچسپی نہیں ہے۔

مشورہ: صبح سورج نکلنے سے پہلے پانی پر یَاوَدُوْدُ دم کردیں اور یہ پانی بھائی اور بہن کو پلادیں۔ گھر کے لوگ جس جگہ سے پانی پیتے ہیں اس پر بھی یہی اسم صبح سورج نکلنے سے پہلے دم کیا جاسکتا ہے۔ کم ازکم تین ماہ تک اس پر عمل کیا جائے۔

مختلف باتیں ذہن میں آتی ہیں

(فرزانہ فضل، شاہکوٹ)

رات کے وقت دن بھر کی باتیں ذہن میں گردش کرتی رہتی ہیں۔ رات کو پوری طرح نیند نہیں آتی، مختلف باتیں ذہن میں آتی ہیں اور بار بار سوال پیدا ہوتا ہے کہ فلاں بات کیوں ہوئی اور فلاں بات کیوں نہیں ہوئی۔ ڈر، خوف محسوس ہونے لگتا ہے، مختلف تفکرات ذہن پر سوار ہوجاتے ہیں۔ آپ نے کسی کو یاحفیظ پڑھنے کو بتایا تھا جس سے اسے بہت فائدہ ہوا اس کے بتانے پر میں نے بھی ورد شروع کیا ہے لیکن ابھی تک اثرات ظاہر نہیں ہوئے آپ کوئی موثر و موافق ورد تلقین فرمائیں۔

مشورہ: آپ رات کو سونے سے پہلے یا پھر صبح سورج نکلنے سے پہلے 66 مرتبہ یَاوَدُوْدُ یَاحَفِیْظُ کا ورد کیا کریں یہ ورد وضو کرکے فوراً کیا جائے۔ کم ازکم تین ماہ اس معمول پر کاربند رہیں اور جن دنوں میں مجبوراً نہ پڑھ سکیں وہ شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔ انشاء اللہ ذہنی قلبی طمانیت حاصل ہوجائیگی۔

سانس رک جاتا ہے

(عارف حسین، ملتان)

والدہ کو میری پیدائش سے پہلے ہی طلاق ہوگئی، نانا کے گھر میں رہتا ہوں جو سالوں سے آپس کے لڑائی جھگڑوں کا مرکز بنا ہوا ہے۔ میرا حال بھی اچھا نہیں ہے ذرا سی بات پر انتہا سے زیادہ ذہنی دباؤ میں مبتلا ہوجاتا ہوں، اگر کسی بات پر گہرائی سے غور کرنا شروع کروں تو ذہنی دباؤ سے سانس رکنے لگتا ہے یہاں تک کہ منہ کھول کر سانس لینا پڑتا ہے۔ میرے خیالات میں تیزی سے ردوبدل ہوتا رہتا ہے کسی کے بارے میں اچھی رائے رکھتا ہوں تو چند گھنٹوں بعد رائے بدل دیتا ہوں میں بدلتے ہوئے خیالات کے قبضے میں ہوں، ہفتوں سوچنے کے بعد بھی کسی بات کا فیصلہ نہیں کرسکتا۔ ہوشیاری، معاملہ فہمی اور قوت عمل نہ ہونے کے برابر ہے، سوچتا ہوں کہ چند سالوں بعد عملی زندگی میں مجھے مشکلات کا سامنا کرنا پڑیگا۔

مشورہ: رات کو سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ جائیں اور تقریباً ایک گھنٹہ اندھیرے میں گزاریں۔ اس دوران اندازاً نصف گھنٹہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتے رہیں ذہن کو پوری طرح ورد پر مرکوز رکھیں۔ اگر ہوسکے تو نگاہ اندھیرے میں کسی ایک جگہ پر قائم رکھیں۔ روزانہ اس عمل کو کم ازکم تین ماہ کیا جائے، انشاء اللہ کثیر فوائد وبرکات ظاہر ہونگی۔

نافرمان بیٹا

(محمد ناصر احمد، قصور)

میں نویں جماعت میں پڑھتا ہوں میں والدین کا کہنا نہیں مانتا، والدہ سمجھاتی ہیں تو وقتی طور پر ذہن بدل جاتا ہے لیکن پھر وہی حال ہوجاتا ہے اور میں والدین سے گستاخی کربیٹھتا ہوں۔ میں خود کو بدلنا چاہتا ہوں لیکن بدلتا نہیں، زیادہ تر برے خیالات ذہن کو گھیرے رہتے ہیں، میں قرآن پاک حفظ کررہا ہوں لیکن ذہن یکسو نہیں ہوتا، ان تمام مسائل کو سامنے رکھتے ہوئے کوئی ورد وعمل بتائیں کہ خود کو بدلنے میں کامیاب ہوجاؤں۔

مشورہ: نماز فجر کے فوراً بعد لکڑی کی کسی چوکی یا پیڑھی پر اکڑوں بیٹھ جائیں، کم پانی سے وضو کریں اور پھر چوکی پر کھڑے ہوکر دعا کے انداز میں ہاتھ اٹھا کر ایک بار یَاوَدُوْدُ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کریں اور ہاتھ چہرے پر پھیرلیں، دوبارہ ہاتھ دعا کے انداز میں اٹھا کر یَاوَدُوْدُ پڑھیں اور دم کرکے چہرے پر پھیرلیں۔ اسی طرح گیارہ بار کیا جائے، یہ عمل چالیس دن کریں۔ انشاء اللہ آپ کے اندر اتنی قوت پیدا ہوجائے گی کہ اپنے خیالات وعمل کو تبدیل کرلیں گے۔

عجیب وغریب حرکات

(سویرا، بلوچستان)

میرا بیٹا جس کی عمر تین سال سے کچھ زیادہ ہے، بہت ذہین اور تیز ہے۔ اللہ کے فضل سے جسمانی طور پر بھی صحت مند ہے، کچھ عرصے سے اس کے اندر یہ تبدیلی آگئی ہے کہ بعض اوقات بالخصوص زیادہ لوگوں میں بدتمیزی کرنے لگتا ہے، سب کی توجہ حاصل کرنے کیلئے عجیب وغریب حرکات شروع کردیتا ہے۔ کبھی چیختا ہے، کبھی الٹی سیدھی باتیں کرتا ہے اور کبھی چیزیں اٹھا کر پھینکنا شروع کردیتا ہے۔ شاید زیادہ توجہ ملی ہے تو وہ لوگوں کی توجہ مزید حاصل کرنا چاہتا ہے۔ اس کی خواہش رہتی ہے کہ والدین اور دوسرے لوگ اسی پر پوری توجہ دیں، میں نے اپنی طرف سے تربیت میں پوری کوشش کی ہے لیکن یہ مسئلہ حل نہیں ہورہا۔

مشورہ: بچہ جب رات کو گہری نیند سوجائے تو سرہانے کھڑے ہوکر نگاہیں اس کے ماتھے پر مرکوز کریں اور پوری توجہ سے مناسب بلند آواز سے سورۂ کوثر ایک بار پڑھ دیں، آواز اتنی بلند نہ ہو کہ نیند خراب ہوجائے۔ سورۂ کوثر پڑھنے کے بعد بچے کے سر یا ماتھے پر آہستہ سے دم کردیں، یہ عمل روزانہ کم ازکم اکیس روز کیا جائے، آپ یہ عمل خود کرسکیں تو زیادہ بہتر ہے۔

سید خالد حسین، سمن آباد لاہور

کھانے کے دوران پانی پینے کے نقصانات

کھانے کے بعد پانی جتنا صحت کو نقصان دیتا ہے اتنا کھانے کے بعد زہر کھا لیا جائے تو وہ اتنا نقصان نہیں دے گا جتنا پانی۔ فرق صرف یہ ہے زہر فوری خاتمہ کرتا ہے پانی آہستہ آہستہ مختلف امراض کی شکل میں۔ کتب احادیث میں کھانے کا تفصیلی ذکر ہے

یہ عنوان محترم حکیم طارق محمود صاحب کی مایہ ناز کتاب ''طبی تجربات اور مشاہدات'' صفحہ نمبر 138 پر ہے اس مضمون میں یورپ کے مشہور ڈاکٹر پروفیسر ٹیمر کا حوالہ دیتے ہیں کھانا کھاؤ لیکن اس کے ساتھ یا بعد پانی نہ پیو۔ پیٹ میں کھانے اور پانی کی جنگ میں تم ہی قتل ہوگے' کھانے کے بعد پانی جتنا صحت کو نقصان دیتا ہے اتنا کھانے کے بعد زہر کھا لیا جائے تو وہ اتنا نقصان نہیں دے گا جتنا پانی۔ فرق صرف یہ ہے زہر فوری خاتمہ کرتا ہے پانی آہستہ آہستہ مختلف امراض کی شکل میں۔ کتب احادیث میں کھانے کا تفصیلی ذکر ہے۔ کھانے سے پہلے اور بعد میں ہاتھ دھونا کھانا گرم گرم نہ کھائیں' جب بالکل ہلکا گرم ہو تب کھائیں' ٹھنڈے کھانے میں برکت ہے اور کم کھایا جاتا ہے۔ پلیٹ کے درمیان میں برکت نہیں ہوتی ہے اس لیے کناروں سے کھائیں لیکن حضرت انسان عقلی دلیل بھی مانگتا ہے۔ اس کی مختصر تفصیل کچھ اس طرح ہے۔

نوالہ منہ میں رکھتے ہی ہاضمہ کا عمل شروع ہوجاتا ہے منہ میں تین بڑے اور لاتعداد چھوٹے چھوٹے غدود ہوتے ہیں جب ہم کھانا نہیں کھاتے تب بھی یہ کام کررہے ہوتے ہیں۔ منہ کو جراثیم سے پاک کررہے ہوتے ہیں اور جو جراثیم تھوک سے ختم نہیں ہوتے لیکن تھوک کے اثر سے کمزور ضرور ہوجاتے ہیں معدہ میں جا کر معدہ کے تیزاب سے مرجاتے ہیں۔ ہماری خوراک جو مختلف قسم کے جراثیم گرد وغبار' فضائی آلودگی' خراب چکنائی میں پکے ہوئے کھانوں سے تیار ہوتی ہے۔ قدرت نے ان جراثیم کو تھوک (انسانی لعاب) کے ذریعہ دھونے کے عمل سے انتظام کررکھا ہے یہ اس طرح ہی سمجھیں جیسے گاڑی سروس اسٹیشن میں دھونے کے بعد صاف ستھری ہوجاتی ہے۔ اس طرح تھوک غذا کے جراثیم کو دھوتا ہے تھوک ایک طرف ان جراثیم سے جنگ کرتا ہے ساتھ ساتھ غذا کو نرم کرتا ہے اور ہاضم جوس بھی مہیا کرتا ہے۔ غذا آسانی سے معدہ میں جاتی ہے اس طرح معدہ اپنا کام آسانی سے کرتا ہے۔ وہ اس صورت میں جب نوالہ چھوٹا ہو اور اچھی طرح چبایا جائے لیکن ہم اس کے الٹ کرتے ہیں بڑے بڑے نوالے' کم چبانا' جلدی جلدی کھانا اس طرح کھانا گلے میں پھنس جاتا ہے۔ پھر پانی یا سوفٹ ڈرنکس کی ضرورت پڑتی ہے۔ کم چبانے کی وجہ سے غذا کے ساتھ ہاضم جوس بھی کم ہوجاتے ہیں اور جراثیم سے بھرپور کھانا معدہ میں چلا جاتا ہے۔ معدہ میں غذا تقریباً 30 منٹ سے 4 گھنٹے تک رہتی ہے جب ہم غذا کے ساتھ پانی کا استعمال کرتے ہیں معدہ کا تیزاب پتلا ہوجاتا ہے یعنی اس کا اثر کم ہوجاتا ہے۔ معدہ میں تیزاب کا کام غذا کو گلانا یا سڑانا نہیں بلکہ جسم کیلئے انرجی' گلوکوز پروٹین میں تبدیل کرنا ہے جب غذا معدہ سے انتڑیوں میں جاتی ہے تو جگر سے بھی جوس غذا میں شامل ہوتے ہیں۔

یہ جوس اکٹھے ہوکر غذا کو جسم کیلئے مختلف حالتوں کو بدلنے میں مدد دیتے ہیں اور غذا کے جذب کرنے کا عمل تیز ہوجاتا ہے۔ غذا کی اچھی شکل انتڑیوں میں جذب ہوجاتی ہے باقی فضلہ باہر نکل جاتا ہے۔ ہم جب غذا کے ساتھ پانی پیتے ہیں تو تیزاب پتلا ہونے سے معدہ میں سٹرائڈ کا عمل شروع ہوجاتا ہے اس سے بے شمار بیماریاں جنم لیتی ہیں جسم میں عموماً دو قسم کی گیس بنتی ہے۔ سلفر ڈائی آکسائیڈ' میتھائیل مرکرٹیان۔ یہ گیسیں نہایت بدبودار ہوتی ہیں اس کی بدبو کی وجہ سے اسے قدرتی گیس (سوئی گیس) میں شامل کیا جاتا ہے تاکہ اگر کہیں گیس لیک ہورہی ہے تو فوراً پتہ چل جاتا ہے۔ جب یہ گیس جسم میں بننا شروع ہوجائے قبض یا آنتوں کی خرابی (بادی بواسیر یا خونی بواسیر) کی وجہ سے باہر نہیں نکلتی تو یہ بھی غذا کے ساتھ آنتوں میں جذب ہوجاتی ہے۔ پھر خون میں شامل ہوکر جسم میں گردش کرتی ہے جسم کا جو حصہ کمزور ہوتا ہے وہاں ڈیرہ ڈال دیتی ہے۔ مثلاً دل کی طرف رخ کرے تو تمام علامات دل کے امراض جیسی پیدا کرتی ہے۔ حالانکہ بندہ دل کا مریض نہیں ہوتا۔ مریض فوراً ماہر امراض دل کی طرف بھاگتے ہیں اچھا معالج تشخیص سے پتا چلاتا ہے اصل درد دل ہے یا گیس کی کارستانی ہے۔ اس طرح درد گردہ' سر کا درد' گھبراہٹ دماغ میں چڑھنا وغیرہ وغیرہ۔ حاصل کلام یہ ہے کھانے کے ساتھ جتنا تیزاب ہمیں درکار ہوتا ہے کھانے کے ساتھ پانی پینے سے تیزاب ہلکا ہوتا ہے جس سے غذا مکمل حالت میں ہضم نہیں ہوتی مختلف امراض جنم لیتے ہیں مرض کا باپ کوئی بھی ہو لیکن خراب غذا اس کی ماں ضرور ہے۔ **(جارج ہربرٹ)**

کھانے کے ساتھ سوفٹ ڈرنکس کا استعمال بھی مختلف امراض پیدا کرتا ہے خصوصاً بچوں میں ہڈیوں کی مخصوص بیماری اوسٹیو پوروس (ہڈیوں کا گھلنا) میں مبتلا ہوتے ہیں۔

البتہ جو لوگ کھانے میں لال مرچ کا استعمال بے حد کرتے ہیں ان کیلئے پانی کھانے کے ساتھ ضروری ہے۔ سرخ مرچ پسی ہوئی جسم میں اسی حساب سے تیزابیت بھی پیدا کرتی ہے یعنی جتنی مرچ تیز ہوگی اتنی ہی تیزابیت زیادہ ہوگی۔ سب سے زیادہ نقصان پسی ہوئی لال مرچ کرتی ہے اس سے کم لال مرچ یا ہری مرچ تازہ کرتی ہے۔ سب سے کم کالی مرچ کرتی ہے مہنگی تو ہے لیکن صحت سے مہنگی نہیں ہے۔

انسانی معدہ ایک ہی وقت میں دو مختلف مزاج کی غذا کو ہضم نہیں کرتا اور سخت ردعمل ظاہر کرتا ہے مثلاً مچھلی کے ساتھ دودھ' مرغ کے ساتھ مولی' چاولوں کے ساتھ سرکہ اچار وغیرہ' عبقری 2011ء میں ایک قاری نے کافی چیزوں کے متعلق لکھا ہے عبقری کے شمارے میں کسی خط پر محترم حکیم صاحب نے لکھا ہے کہ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ کا مزاج بلغمی تھا آپ سویاں کے ساتھ دہی کے شوقین تھے۔ گرم کھانے کے ساتھ دہی کا استعمال اچھا نہیں تھا جس سے آپ کا گلا خراب ہوگیا اس وقت حکیم نابینا دہلوی نے آپ کو سردا کھانے کا مشورہ دیا۔

گرم روٹی یا گرم گرم چاولوں کے ساتھ دہی میں فائدہ مند بیکٹیریا مرجاتے ہیں ترشی بڑھ جاتی ہے بجائے فائدہ کے نقصان ہوتا ہے۔ **ایک کہاوت ہے:** جو شخص دوا کھاتا ہے لیکن غذا کا خیال نہیں رکھتا وہ اپنے معالج کی قابلیت کو خاک میں ملا دیتا ہے۔

میرا آزمودہ اور سو فیصد مجرب تجربہ

ایک دفعہ تزنول میں میں کسی چیز پر ویلڈنگ کروا رہا تھا تو ویلڈر نے مجھے کہا کہ اس لوہے کو پکڑ لو میں نے جلدی میں لوہا اُسی جگہ سے پکڑ لیا جس جگہ وہ ویلڈنگ کی وجہ سے لال تھا بس میرا ہاتھ فوراً جل گیا' میں نے جلدی میں اپنا ہاتھ فوراً گریس کے ڈبے میں ڈال دیا تو جلن اور زیادہ ہونا شروع ہوگئی' صرف 20 منٹ بعد میرے ہاتھ میں نہ جلن تھی اور نہ کوئی نشان' اتفاقاً علاج درست ثابت ہوا۔ چائے' دودھ یا پانی جس چیز سے جل جائیں تو فوراً گریس لگائیں' سو فیصد سے زیادہ آزمودہ ہے۔ **(محمد رحمت اللہ جان' بنوں)**

قارئین اپنی امانت مجھ سے لے لیں

لیموں کا رس ایک چمچ لیں اور اس میں ایک بھری ہوئی چٹکی میٹھے سوڈے کی ڈالیں گھول کر وہ ڈراپر میں ڈال کر جب بھی ڈالیں اُس کو ہلائیں اور وہ کان میں ڈالیں' دن میں تین دفعہ تین قطرے۔ چند دن ایسا کریں چند دنوں سے یا بعض لوگ چند ہفتے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! سارا دن دکھی لوگوں کے ساتھ ملاقات کا رابطہ اور واسطہ ہے دکھی بھی ایسے جو واقعی دکھی ہوتے ہیں اور دکھی کر جاتے ہیں۔ لیکن وہ دکھی جہاں اپنے دکھ بانٹ جاتے ہیں وہاں کچھ اپنے طبی و روحانی تجربات مشاہدات دے جاتے ہیں۔ اب یہ ہے کہ میں اپنی نسلوں کیلئے ایک ایسی ڈائری بناؤں اور کاپی بناؤں جو کہ چھوڑ جاؤں جس کی زندہ مثال ہماری ایک کتاب ''کھنڈرات سے ملی بیاض'' نامی ہے یہ ایک ایسی کاپی ہے جو کوئی شخص اپنے سالہا سال کے تجربات طبی و روحانی ایک کاپی میں لکھتا رہا اور محفوظ کرتا رہا اور اس نے مرتے وقت اس کاپی پر نوٹ دیا کہ یہ میری بیاض کسی کو نہ دکھائی جائے' اس میں وہ سنہرے راز اور موتی چھوڑ کر جا رہا ہوں جو آج تک میں نے کسی کو نہیں دیئے اور یہ صرف میری نسلوں کیلئے ہیں لیکن قدرت کا نظام کہ وہ بیاض مجھے ایک کھنڈر سے ملی' جی میں آیا کہ اس کو بھی اپنے مزاج کی طرح مخلوق خدا کیلئے عام کر دوں تا کہ مخلوق خدا اس سے فائدہ حاصل کریں۔ بفضل تعالیٰ وہ کھنڈرات کی بیاض میں نے مخلوق خدا کیلئے فوٹو کاپی کروا کر عام کی ہوئی ہے۔ اسی طرح کوئی مشاہدہ' کوئی تجربہ' کوئی نسخہ کسی بھی مرض کا مجھے ملا اور میں نے اسے چھپایا ہو' دعویٰ تو نہیں کرتا لیکن کوشش کرتا ہوں کہ مخلوق کی امانتیں مخلوق خدا کو پہنچا دوں تا کہ قیامت کے دن مخلوق خدا رب ذوالجلال کو یہ کہنے والی نہ ہو کہ یا اللہ اس شخص نے اپنا سب کچھ چھپا کر اپنا گھر پورا کیا تھا اور ہمیں کچھ بھی نہ دیا تھا۔

ایک صاحب نے اپنا تجربہ بتایا کہ کان کا درد کیسا بھی ہو اور کتنا پرانا ہو اور کتنا ہی لاعلاج ہو' ریشہ' دکھنا' کان کا بند ہونا اور کان کی کسی بھی قسم کی تکلیف ہو' حتیٰ کہ ایسے لوگ جن کے پیپ اور رعشہ کان میں اتنا پڑ گیا کہ اکثر بہتا رہتا تھا' سرجری بھی کروا چکے آپریشن کے کئی مراحل سے گزر چکے لیکن کان کا رعشہ ختم نہیں ہوتا تھا اور کان کا درد ختم نہیں ہوتا تھا۔

لیموں کا رس ایک چمچ لیں اور اس میں ایک بھری ہوئی چٹکی میٹھے سوڈے کی ڈالیں گھول کر وہ ڈراپر میں ڈال کر کان میں ڈالنے سے پہلے اُس کو ہلائیں اور وہ کان میں ڈالیں' دن میں تین دفعہ تین قطرے۔ چند دن ایسا کریں چند دن یا چند ہفتے۔ جو لوگ ایسا کرتے ہیں ان کا مرض ہمیشہ کیلئے ختم ہو جاتا ہے اور وہ ہمیشہ کیلئے صحت یاب ہو جاتے ہیں۔

ایک اور چیز: ہیضہ کسی بھی قسم کا ہو یہی دوائی آٹھ یا دس قطرے ہیضے والے مریض کو پلاتے رہیں ہیضہ فوراً ختم ہو جائیگا۔ یا پھر چھوٹی الائچی کے چھلکے اتار کر پانی میں ابال کر وہ پانی چمچ چمچ ہر پانچ منٹ کے بعد ہیضے کے مریض کو پلائیں سو فیصد ہیضے کا مریض تندرست ہو جائے گا۔

ایک اور نسخہ قارئین آپ کی خدمت میں پیش کرتا ہوں جو ایسے لوگوں کیلئے جن کو رعشہ ہو سر کانپتا ہو' ہاتھ کانپتے ہوں' جسم کانپتا ہو' حتیٰ کہ ہاتھ سے نوالہ تک نہ پکڑ سکتے ہوں' ہر وقت طبیعت کمزور' زبان میں' چال میں' گفتگو میں لڑکھڑاہٹ' حتیٰ کہ رعشہ کا مرض اپنی انتہا تک پہنچ چکا ہو' وقتی طور پر ڈاکٹری دوائی کھانے سے اس کو فائدہ ہوتا ہو' یہ نسخہ مجھے کیسے ملا ایک بابا جی میرے پاس دوائی لینے تشریف لائے فرمانے لگے مجھے پچیس سال پرانا رعشہ تھا میں چلنے پڑھنے سے قاصر' ہاتھ میں گلاس پکڑنے سے قاصر' زندگی کی ہر مشکل میرے قریب تھی' میں پریشان ہو گیا' اب وہ رعشہ تو مجھے ختم ہو گیا اب میں صرف اپنے معدے کی دوائی لینے آیا ہوں۔ میں نے سوال کیا کہ وہ رعشہ کیسے ختم ہو گیا۔ فرمانے لگے ایک پرانے درویش نے مجھے ایک چیز بتائی تھی وہ میں نے استعمال کی اس سے میرا رعشہ ختم ہو گیا تو میں نے اس سے عرض کیا کہ اگر آپ مناسب سمجھیں تو وہ نسخہ مجھے بتا دیں آپ کی برکت سے مخلوق خدا کے کئی پریشان حال لوگوں کو نفع پہنچے گا۔ فرمانے لگے ہاں میں بتائے دیتا ہوں مغز بادام تیس گرام' مغز گھیا بیس گرام' زیرہ سیاہ دس گرام' **فلفل دراز** پانچ گرام' مرچ سفید پانچ گرام ان تمام کو پیس کر ایک چمچ نیم گرم دودھ صبح نہار منہ اور ایک چمچ شام دودھ کے ساتھ کچھ ماہ لیں۔ یہ نسخہ ایسے لوگوں کیلئے نہایت مفید ہے جو رعشہ سے عاجز آ گئے ہیں جن کا جسم کانپتا ہو' زبان لڑکھڑاتی ہو سر جھک چکا ہو' ہاتھ قلم یا چمچ تک نہ پکڑ سکتے ہوں۔ ان کیلئے نہایت آزمودہ ہے **(باقی صفحہ نمبر 46 پر)**

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-2168390۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0314-9007293۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلور کوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی جھنگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ ملک نوید نیوز ایجنسی 0333-6870706۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدر آباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال ملکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **کوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480۔ **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **کوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

حالات کی تبدیلی کو مثبت انداز سے قبول نہ کرنے والے لوگ عام طور پر تنہا ہی رہ جاتے ہیں۔ اپنی زندگی میں خوشی اور سکون لانا چاہتی ہیں' غصہ کرنے سے گریز کریں۔ بھائی بڑے ہیں انہیں باتیں سنانا اچھی بات نہیں۔ غصے کا غیر معمولی حد تک اظہار تو آپ کی اپنی صحت کو متاثر کرنے کا سبب ہوگا۔

میں اپنے کام سے مطمئن نہیں

میں نے انٹر کیا ہے عمر انیس سال ہے۔ والدہ کی پریشانی دیکھتے ہوئے ماموں نے فیکٹری کا سامان دکانوں تک پہنچانے کی ذمہ داری دلوا دی ہے۔ اس طرح کچھ کمیشن اور تنخواہ ہر ماہ مل جاتی ہے۔ میں اپنے کام سے مطمئن نہیں ہوں بس اچھا نہیں لگا کہ یوں ہی ساری زندگی دکانوں دکانوں گھومتے گزر جائے گی؟ **(شکیل' کراچی)**

مشورہ: ایسے بہت سے نوجوان ہیں جو اپنے کام سے مطمئن نہیں۔ اعلیٰ عہدہ حاصل کرنے کی خواہش کسے نہیں ہوتی لیکن سب کچھ وقت کے ساتھ ملتا ہے وہ بھی انسان کوشش اور جدوجہد جاری رکھے تب۔ فی الحال آپ یہ سوچیں کہ آپ کے کام سے گھر کے حالات میں بہتری آرہی ہے اور ساری زندگی یہ کام کرنے کی پابندی نہیں ہے۔ اپنے خیالات کو صحیح سمت دیتے ہوئے یہ فیصلہ کریں کہ کیا کام اچھا کر سکتے ہیں۔ اسی حوالے سے اعلیٰ تعلیم حاصل کرنی ہوگی۔ خود اعتماد اور پُرامید لوگ اپنا نصب العین حاصل کرنے کیلئے بہترین صلاحیتوں کو استعمال کر کے کامیابیوں سے ہمکنار ہو جاتے ہیں۔

اپنی مرضی سے شادی

میرے بھائی نے اپنی مرضی سے شادی کر لی ہے۔ نکاح دوست کے گھر ہوا۔ ایک ہفتے بعد ہم لوگوں کو پتہ چلا تو سب سے زیادہ امی کو دکھ ہوا۔ مجھے تو غصہ آیا کہ اس نے ہمارا ذرا سا بھی خیال نہیں کیا۔ والد حیات نہیں۔ یہی گھر کا بڑا تھا۔ اب جب بھی وہ گھر میں آتا ہے میں اسے خوب باتیں سناتی ہوں۔ اس کی بیوی کی تو ابھی تک ہمارے گھر آنے کی ہمت نہیں ہوئی بھائی کے گھر سے جانے کے بعد میں اپنی ماں کے ساتھ تنہا ہوں۔ **(نفشین۔ لاہور)**

مشورہ: حالات کی تبدیلی کو مثبت انداز سے قبول نہ کرنے والے لوگ عام طور پر تنہا ہی رہ جاتے ہیں۔ اپنی زندگی میں خوشی اور سکون لانا چاہتی ہیں' غصہ کرنے سے گریز کریں۔ بھائی بڑے ہیں انہیں باتیں سنانا اچھی بات نہیں۔ غصے کا غیر معمولی حد تک اظہار تو آپ کی اپنی صحت کو متاثر کرنے کا سبب ہوگا۔ اس طرح آپ دوسروں کی غلطیوں کی سزا خود کو دے رہی ہیں۔ اگر بھائی اور بھابی کے ساتھ اخلاق سے پیش آئیں گی تو ان کے دل میں بھی جگہ ہوگی۔

میں بالکل تنہا ہوں

میری والدہ شروع سے تیز مزاج واقع ہوئی ہیں۔ اب نوکرانی سے لڑائی جھگڑا کرنے لگی ہیں۔ بیوی اور بچے تو اپنی نانی کے گھر گئے ہیں۔ ادھر امی نے ملازمہ کو نکال دیا اور خود اپنی بہن کے گھر چلی گئیں۔ میں بالکل تنہا رہ گیا۔ سوچتا ہوں نہ تو ماں کو میرا خیال ہے اور نہ بیوی کو۔ چار سال قبل میں نفسیاتی مریض ہوگیا تھا سسرال میں اب کوئی مجھے اس نام سے پکارے تو بہت غصہ آتا ہے۔ اس لیے وہاں جانا چھوڑ دیا اب مسئلہ یہ ہے کہ تنہائی میں پرانی والی کیفیت ہونے لگتی ہے یعنی رونا آنا' زندگی بے مقصد لگنا اور مرنے کو دل چاہتا ہے۔ **(شفیق' خانیوال)**

مشورہ: والدہ تو ضعیف ہوں گی انہوں نے عمر کا بڑا حصہ آپ کی پرورش اور تربیت میں لگا دیا اب ان سے شکایت نہیں ہونی چاہیے۔ ان کے مزاج کی تیزی مریضانہ ہی ہوسکتی ہے اس سلسلے میں اپنے ڈاکٹر سے بھی مشورہ کرنا چاہیے۔ نفسیاتی امراض ایک مرتبہ ٹھیک ہو جائیں تو کچھ عرصے بعد دوبارہ ہو سکتے ہیں۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ اپنی کیفیت کو سمجھ رہے ہیں پہلے جس معالج سے علاج کروایا تھا اب بھی ان سے رجوع کرنے کی ضرورت ہے۔ بیوی کو بھی بتائیں کہ آپ کی طبیعت ٹھیک نہیں جب ان کے میکے جائیں تو کسی کی بات کی پروا کرنے کی ضرورت نہیں ہے آج کل شاید ہی کوئی ایسا ہو جسے کسی قسم کا نفسیاتی مسئلہ نہ ہو۔

کیا اسے آزاد کردوں؟

میری شادی والدین کی پسند سے ملتان میں اپنے ہی خاندان میں ہوئی ہے۔ ہم کراچی میں رہتے ہیں والد صاحب کا گزشتہ سال انتقال ہوگیا ہے۔ اب مسئلہ یہ ہے کہ میری بیوی ہر دو ماہ بعد ملتان چلی جاتی ہے اور پھر کئی کئی مہینے واپس نہیں آتی اگر میں اسے ہر دو ماہ بعد ملتان نہ بھیجوں تو اس کے والدین میری والدہ کی نا صرف ٹیلیفون پر بے عزتی کرتے ہیں بلکہ خاندان بھر میں بھی بدنام کرتے ہیں لہٰذا والدہ ہاتھ جوڑ کر مجھ سے کہتی ہیں کہ بیوی کو ملتان بھیج دو۔ میں مجبوراً اسے بھجوا دیتا ہوں۔ اس کے علاوہ بیوی کا رویہ بھی مجھ سے بالکل بدل گیا ہے وہ میری ذرا بھی پروا نہیں کرتی میری کوئی بات نہیں مانتی۔ اس کے ماں باپ طرح طرح کی پٹیاں پڑھا کر اسے میرے خلاف کر دیتے ہیں اس نے شادی کے بعد سے تمام عیدیں وہیں پر کی ہیں میں نے اسے کئی بار سمجھایا بھی میرا اس کے ساتھ رویہ بھی مشفقانہ اور نرم ہے پھر مجھے اپنی بچی کا بھی خیال رہتا ہے اس کی وجہ سے بھی میں اسے کچھ نہیں کہتا مگر اب اس کا رویہ میری برداشت سے باہر ہوتا جارہا ہے......آپ بتائیں کیا میں اسے ہمیشہ کیلئے آزاد کردوں......؟ **(محمد شکیل' راولپنڈی)**

مشورہ: شادی کے بعد لڑکیوں کو میکے جانے کی خواہش ہوتی ہی ہے اور وہ والدین سے ملنے بار بار اپنے گھر جانا چاہتی ہیں یہ خواہش ایسی بے جا بھی نہیں لیکن آپ کا معاملہ کچھ زیادہ ہی بڑھ گیا ہے چونکہ آپ کی بیوی آپ کی کوئی بات نہیں مانتی اور نہ ہی وہ گھر سے دلچسپی رکھتی ہے تو اس کا صاف مطلب یہ ہے کہ وہ ذہنی طور پر آپ کو قبول نہیں کر سکی ہے اس لیے آپ کو چاہیے کہ اس سلسلے میں آپ اپنے خاندان کے بزرگوں کے سامنے یہ مسئلہ رکھیں تا کہ اگر آپ بیوی کو آزاد کریں تو کم از کم خاندان والوں کو اصل صورتحال کا علم بھی ہو اس کے ساتھ ہی آپ اپنی بیوی اور سسرال والوں کو صاف الفاظ میں کہہ دیجئے کہ اگر وہ لوگ اس رشتے کو برقرار رکھنا نہیں چاہتے تو آپ بھی زبردستی نہیں کرنا چاہتے۔ اس کے علاوہ بیگم کے میکے جانے کے بعد آپ بھی سرد مہری کا ثبوت دیجئے اور اسے بار بار فون کر کے واپس آنے کا اصرار نہ کریں۔ دو چار چھ ماہ آخر کب تک وہ میکے میں رہے گی۔ جب وہ میکے میں بیٹھی رہے گی تو خاندان والے خود اس پر باتیں بنانے لگیں گے۔ اس کے ساتھ ہی عین ممکن ہے کہ آپ کی بیگم آپ کے ساتھ رہنا ہی نہیں چاہتی ہو۔ اس لیے بہتر ہوگا کہ اس سے اور اس کے خاندان والوں سے دوٹوک بات کر لیجئے تا کہ کوئی ابہام باقی نہ ہو۔

اِدھر وظیفہ پڑھا' اُدھر درد غائب

سلام دعا کے بعد انہوں نے ٹانگ پر پٹی باندھنے کی وجہ پوچھی تو میں نے تمام واقعہ بیان کردیا۔ پھر وہ میرے پاس بیٹھ گئے۔ اپنی انگشت شہادت سے کچھ لکھا اور دم کیا۔ مجھ سے پوچھا کہ درد اسی طرح ہے یا کم ہوا ہے۔ میں نے جواباً عرض کیا کہ ابھی کافی درد ہے

ایک دفعہ میں سرکاری ڈیوٹی کے دوران ایک گاؤں سے گزر رہا تھا۔ اچانک ایک کتے نے دائیں ٹانگ پر دانتوں کے نشان لگادیئے۔ میں نے مالک کو بہت کچھ کہا اور فوراً اسی کے گھر سے سرخ مرچیں پسی ہوئی منگوا کر زخموں پر باندھ دیں اور چل پڑا۔ بہت درد ہورہا تھا نزدیک کوئی ہسپتال وغیرہ نہ تھا۔ ایک جگہ قیام کیا دوسرے دن پیدل چل پڑا۔ راستے میں میرے ایک عزیز رہتے ہیں۔ ان کی ملاقات کیلئے حاضر ہوا۔ سلام دعا کے بعد انہوں نے ٹانگ پر پٹی باندھنے کی وجہ پوچھی تو میں نے تمام واقعہ بیان کردیا۔ پھر وہ میرے پاس بیٹھ گئے۔ اپنی انگشت شہادت سے کچھ لکھا اور دم کیا۔ مجھ سے پوچھا کہ درد اسی طرح ہے یا کم ہوا ہے۔ میں نے جواباً عرض کیا کہ ابھی کافی درد ہے۔ انہوں نے دوسری بار اور پھر تیسری بار کچھ لکھا اور دم بھی کیا اللہ کی قدرت کہ درد میں کافی کمی آگئی۔ میں چائے وغیرہ پی کر رخصت ہوگیا۔ ہسپتال پہنچا۔ ڈاکٹر صاحب واقف تھے انہوں نے ایک ٹیکہ وہاں ہی لگوا دیا اور باقی روزانہ لگوانے کا مشورہ دیا۔ پاگل ہونے کے ڈر سے ایک زیارت پر بھی گیا وہاں بھی بزرگوں نے ایک حیلہ کیا' زندگی تھی' بچ گیا۔ کوئی نقصان نہ ہوا۔ کچھ ماہ کے بعد میں پھر ان بزرگوں کو ملنے گیا کہ جنہوں نے دم کیا تھا۔ ان سے پوچھا کہ آپ نے کیا لکھا تھا کیا پڑھ کر دم کیا تھا۔ انہوں نے بتایا جو کہ درج ذیل ہے:۔

عمل: لیعذ بھم سانس بند کر کے انگشت شہادت سے لکھا تھا۔ تین بار لکھنے کے بعد دم کردیا تھا۔ یعنی تین بار سانس روک کر لکھیں اور پھر پھونک دیں۔ اگر درد سے آرام نہ ہو تو دوسری بار اور پھر تیسری بار اسی ترکیب کو دہرائیں۔ درد جہاں بھی ہوگا رک جائیگا۔

دردِ دندان

انہوں نے ایک اور عمل بھی دانتوں کے درد کا بتایا تھا۔

ف رع ون غ رق شد (فرعون غرق شد)

ڈاڑھ یا دانت جس طرح درد کرے اس طرف کے رخسار پر کلمہ کی انگلی سے یہ حروف لکھیں۔ تین مرتبہ کے لکھنے سے درد انشاء اللہ رفع ہوجائیگا۔ احقر نے اس کا تجربہ کیا۔ کئی دفعہ کامیاب رہا ماسوائے ایک دو کیس کے۔

اذان دینے کے مواقع

(حکیم ریاض حسین' مکڑوال)

غمگین کے کان میں اذان دینا: جو شخص کسی رنج و غم میں مبتلا ہو اس کے کان میں اذان دینے سے اس کا رنج و غم دور ہوتا ہے۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ نے مجھے غمگین دیکھ کر فرمایا: ابن ابی طالب! میں تمہیں غمگین دیکھ رہا ہوں؟ میں نے کہا جی ہاں! آپ ﷺ نے فرمایا کہ ترجمہ: ''تم اپنے گھر والوں میں سے کسی سے کہو کہ وہ تمہارے کان میں اذان دے کیونکہ یہ غم کا علاج ہے۔''

حضرت علی رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے یہ عمل کیا تو میرا غم دور ہوگیا' اسی طرح اس کے تمام راویوں نے اس کو آزما کر دیکھا تو سب نے اس کو مجرب پایا۔

بداخلاق کے کان میں اذان دینا: جس کی عادت خراب ہوجائے خواہ انسان ہو یا جانور اس کے کان میں بھی اذان دی جائے' حضرت علی رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ ''جو بداخلاق ہوجائے' خواہ انسان ہو یا چوپایہ اس کے کان میں اذان دو۔''

شیطان کے پریشان کرنے اور ڈرانے کے وقت اذان کہنا: جب شیطان کسی کو پریشان کرے اور ڈرائے اس وقت بلند آواز سے اذان کہنی چاہیے کیونکہ شیطان اذان سے بھاگتا ہے حضرت سہیل بن ابی صالح کہتے ہیں کہ میرے والد نے مجھے بنو حارثہ کے پاس بھیجا اور میرے ہمراہ ایک بچہ یا ساتھی تھا۔ دیوار کی طرف سے کسی پکارنے والے نے اس کا نام لے کر آواز دی اور اس شخص نے جو میرے ہمراہ تھا دیوار کی طرف دیکھا تو اس کو کوئی چیز نظر نہیں آئی۔ پھر میں نے اپنے والد صاحب سے اس کا تذکرہ کیا تو انہوں نے فرمایا: اگر مجھے پتہ ہوتا کہ تمہیں یہ بات پیش آئے گی تو تم کو نہ بھیجتا۔ ترجمہ: لیکن (یہ بات یاد رکھو کہ) جب تم کوئی آواز سنو تو بلند آواز سے اذان کہو' کیونکہ میں نے حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ کو حضور اکرم ﷺ کی یہ حدیث بیان کرتے ہوئے سنا ہے کہ جب اذان کہی جاتی ہے شیطان پیٹھ پھیر کر گوز مارتا ہوا بھاگتا ہے۔''

نماز استخارہ کا طریقہ

آپ جب کوئی کام کرنے کا ارادہ کریں تو پہلے اللہ تعالیٰ سے مشورہ لے لیں اللہ تعالیٰ سے مشورہ اور صلاح لینے کو استخارہ کہتے ہیں ہم سب کے آقا ﷺ نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ سے صلاح مشورہ نہ لینا استخارہ نہ کرنا بدبختی اور کم نصیبی کی بات ہے۔

طریقہ: پانچ وقت کی نماز پابندی سے پڑھیں رات کو سونے سے پہلے دو رکعت نماز استخارہ کی نیت سے پڑھیں اس کے بعد ۳۱۳ مرتبہ ایاک نعبد وایاک نستعین پڑھیں۔ اور ان کلمات کا ثواب اگر اصحابؓ بدر کو بخش دیں تو زیادہ بہتر ہے اس کے بعد پوری توجہ سے سوز و گداز کے ساتھ خوب دل لگا کر یہ دعا پڑھیں ترجمہ: اے اللہ میں تیرے علم کے ذریعہ تجھ سے اس کام کے بارے میں خیر و بھلائی مانگتا ہوں اور تیری قدرت کے ذریعہ تجھ سے تیری قدرت کا طلبگار ہوں اور میں تجھ سے تیرے فضل عظیم کا سوال کرتا ہوں کیونکہ تجھے قدرت ہے اور مجھے قدرت نہیں اور تو جانتا ہے اور میں کچھ نہیں جانتا کیونکہ تو غیبوں کو جاننے والا ہے اے اللہ اگر تیرے علم میں میرے لئے یہ کام میری دنیا و آخرت کیلئے بہتر ہے تو اس کو میرے لئے مقدر فرما پھر میرے لئے اس میں آسانی فرما اور برکت نازل فرما اور اگر تیرے علم میں میرے لئے یہ کام دنیا و آخرت میں نقصان دہ ہے تو اس کو مجھ سے اور مجھے اس سے دور رکھ اور میرے لئے خیر و بھلائی مقدر فرما وہ جہاں کہیں بھی ہو اس خیر و برکت والے کام کے ساتھ مجھے راضی اور مطمئن کردے۔

بشارت: دعا پڑھتے وقت جب آپ ھذا الامر کے الفاظ پڑھیں تو اپنے کام یا معاملہ کا دل میں تصور کریں دعا کے بعد درود ابراہیمی پڑھیں اور آخر میں یہ چار اسماء الٰہی پڑھتے ہوئے سو جائیں یاعلیم علمنی یا بشیر بشرنی یا خبیر اخبرنی یا مبین بین لی انشاء اللہ یا تو خواب کے ذریعہ آپ کو مشورہ مل جائے گا یا دل میں جو بات آئے وہی بہتر ہے اسی پر عمل کریں۔ اگر ایک رات میں کچھ معلوم نہ ہو اور دل کی پریشانی دور نہ ہو تو دوسرے دن پھر ایسا ہی کریں سات راتیں ایسا کرسکتے ہیں۔ **اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!**

والدین کی ناراضگی میں اللہ کی ناراضگی ہے

سویرا بشیر' سیالکوٹ

حذیفہ میاں اپنی مستی میں مگن تھے' وہ دن کو باہر نکلتے دوستوں میں کھیلتے اور شام کو گھر آکر کھانا کھا کر سو جاتے۔ایک دن حذیفہ اپنی عادت کے مطابق شام کے وقت کھیل کے میدان پہنچے تو وہ یہ دیکھ کر حیران رہ گئے کہ ان کا کوئی دوست بھی کھیلنے نہیں آیا

آج عبداللہ بہت خوش تھا کیونکہ آج اس کے بیٹے حذیفہ کا سکول میں پہلا دن تھا۔عبداللہ دن بھر رکشہ چلاتا اور جو کماتا اس سے گھر والے اللہ کا شکر ادا کرتے ہوئے زندگی گزارتے۔

عبداللہ ان پڑھ تھا اسے پڑھنا لکھنا بالکل بھی نہیں آتا تھا اسی وجہ سے وہ چاہتا تھا کہ اس کا بیٹا تعلیم حاصل کرے اور علم کے ذریعے پوری دنیا میں دین زندہ کرے۔عبداللہ نے سب سے پہلے مسجد کے امام صاحب (جو عالم دین تھے) مشورہ کیا کہ عبداللہ کی تعلیم وتربیت کس طرح کی جائے۔

امام صاحب نے عبداللہ کو مشورہ دیا کہ سب سے پہلے حذیفہ بیٹے کو کسی اچھے دینی ماحول والے سکول میں داخلہ دلوا دو پھر کچھ عرصہ بعد جب حذیفہ بیٹا اچھی طرح پڑھنا لکھنا سیکھ لے تو اسے کسی اچھے مدرسہ میں حفظ (قرآن یاد) کروادیا جائے۔

عبداللہ کو امام صاحب کی باتیں بہت اچھی لگیں وہ امام صاحب سے اجازت لے کر گھر آیا اور حذیفہ کی والدہ کو امام صاحب کی کہی ہوئی باتیں بتائیں۔حذیفہ کی والدہ ایک سمجھدار خاتون تھیں وہ بھی ان باتوں پر عمل کرنے کیلئے فوراً تیار ہوگئیں۔

عبداللہ گھر کے قریب موجود سکول گیا اور حذیفہ کا داخلہ سکول میں کروادیا۔آج حذیفہ کا سکول جانے کا پہلا دن تھا۔

ایسے لگ رہا تھا کہ عبداللہ کے گھر میں عید آگئی ہے سب گھر والے خوش تھے کہ آج حذیفہ سکول جائے گا۔حذیفہ کو سکول کی نئی وردی پہنائی گئی۔

امی نے جلدی سے لنچ بکس میں حذیفہ کا پسندیدہ کھانا رکھ دیا اور حذیفہ کو پیار سے سمجھایا کہ دیکھو بیٹا اب کھانے کا وقفہ ہو تو ہاتھ دھو کر بسم اللہ پڑھ کر سیدھے ہاتھ سے کھانا کھانا اور اپنے ساتھیوں کو بھی کھلانا۔

حذیفہ میاں اپنے ابا جان کے رکشہ میں بیٹھ کر سکول پہنچے۔

لیکن یہ کیا......؟ جیسے ہی عبداللہ حذیفہ کو سکول چھوڑ کر واپس آنے لگا حذیفہ نے رونا شروع کردیا اور اس زور سے رونا شروع کیا کہ عبداللہ کو اسے واپس گھر لانا پڑا۔

گھر آکر عبداللہ نے حذیفہ کو بہت سمجھایا اور علم حاصل کرنے کے فضائل (فائدے) سنائے لیکن حذیفہ میاں نہ مانے اور سکول جانے کیلئے بالکل تیار نہ تھے۔

اب تو عبداللہ بہت پریشان ہوا اور حذیفہ کی والدہ سے مشورہ کیا۔ انہوں نے عبداللہ کو سمجھایا کہ بچہ ہے کچھ دنوں میں سب ٹھیک ہوجائے گا۔آپ اسے اس کے حال پر چھوڑ دیں اور اللہ سے دعا کریں۔عبداللہ نے ایسا ہی کیا۔وہ روزانہ ہر فرض نماز کے بعد حذیفہ کیلئے دعا کرتا۔

حذیفہ میاں اپنی مستی میں مگن تھے' وہ دن کو باہر نکلتے دوستوں میں کھیلتے اور شام کو گھر آکر کھانا کھا کر سو جاتے۔ایک دن حذیفہ اپنی عادت کے مطابق شام کے وقت کھیل کے میدان پہنچے تو وہ یہ دیکھ کر حیران رہ گئے کہ ان کا کوئی دوست بھی کھیلنے نہیں آیا۔وہ بہت پریشان ہوئے اور کچھ دیر دوستوں کا انتظار کرنے کے بعد گھر واپس آگئے۔دوسرے دن بھی یہی ہوا یہاں تک کہ پورا ہفتہ گزر گیا۔اب حذیفہ نے گھر سے نکلنا چھوڑ دیا۔

ایک ہفتہ کے بعد حذیفہ کے دروازے پر کسی نے دستک دی حذیفہ نے دروازہ کھولا تو اس کے سارے دوست کھڑے تھے وہ حذیفہ کو کھیلنے کیلئے بلانے آئے تھے۔

حذیفہ نے ان سے پورا ہفتہ غائب رہنے کی وجہ پوچھی تو انہوں نے بتایا کہ ہمارے سکول میں امتحانات ہورہے تھے اس لیے ہم پڑھائی کررہے تھے' اب الحمدللہ ہمارے امتحانات ختم ہوگئے ہیں تو ہم تمہیں کھیلنے کیلئے بلانے آئے ہیں۔حذیفہ ان کی باتیں سن کر حیران رہ گیا' اس نے امتحان کا لفظ پہلی مرتبہ سنا تھا اسے نہیں پتا تھا کہ امتحان کیا ہوتا ہے۔

دوستوں کے سامنے تو اس نے کچھ نہیں کہا' خاموشی سے ان کے ساتھ کھیلنے چلا گیا لیکن جب شام کو وہ کھیل کر گھر واپس آیا تو رات کے کھانے پر اس نے عبداللہ سے پوچھا کہ ''ابوجان یہ امتحان کیا ہوتا ہے؟''

عبداللہ نے کہا کہ بیٹا جو بچے سکول میں پڑھتے ہیں ان کی پڑھائی کا سال گزرنے پر ان سے اس پڑھائی کے متعلق سوالات کیے جاتے ہیں اور دیکھا جاتا ہے کہ کس بچے نے اپنا سبق اچھی طرح یاد کیا ہے سب سے اچھی طرح سبق یاد کرنے والے بچوں کو اچھے اچھے تحفے دیئے جاتے ہیں اور گھر والے بھی خوش ہوکر ان کو انعامات دیتے ہیں۔

تحفوں اور انعامات کا سن کر حذیفہ کے منہ میں پانی آگیا اس نے اپنے ابو سے کہا ''ابو ابو! کیا مجھے بھی انعامات مل سکتے ہیں؟''

عبداللہ نے کہا کیوں نہیں اگر تم سکول جاؤ اور دل لگا کر پڑھو تو تمہیں بھی انعامات ملیں گے اور تمہارے امی ابو بھی خوش ہونگے اور جب کسی بچے سے اس کے امی اور ابو خوش ہوں تو اس سے اللہ بھی خوش ہوتے ہیں اور ہر کام میں اس کی مدد کرتے ہیں۔

اب حذیفہ کو بہت افسوس ہوا کہ اس نے اپنے امی ابو کا دل دکھایا اور ان کی بات نہ مانی اس نے اپنے امی ابو سے معافی مانگی اور ان سے وعدہ کیا کہ اب وہ ہمیشہ ان کی بات مانے گا اور کبھی بھی ان کی نافرمانی نہیں کرے گا۔

دوستو! امی ابو ہمیشہ ہماری اچھائی ہی سوچتے ہیں' ان کی چاہت ہوتی ہے کہ ان کا بیٹا/بیٹی دنیا وآخرت میں کامیاب ہوجائے اس لیے کبھی بھی ان کی نافرمانی نہیں کرنی چاہیے اور اگر کسی بات پر امی ابو ناراض ہوجائیں تو فوراً معافی مانگنی چاہیے کیونکہ جس سے اس کے امی ابو ناراض ہوتے ہیں اس سے اللہ بھی ناراض ہوجاتے ہیں۔ہمارے پیارے نبی حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے ''والدین کی ناراضگی میں اللہ تعالیٰ کی ناراضگی ہے۔''

رسی کودنے کے فوائد

ایک دن میں نے رسی کودنا کے فوائد پڑھے' مجھے دمہ کی شکایت ہوگئی تھی اور اکثر رات کو سانس خراب ہوجاتا تھا۔ میں نے صبح کے وقت رسی کودنا شروع کی میں موٹی تو نہیں ہوں لیکن اس کے فوائد بہت سارے ہیں۔صبح کے وقت تازہ ہوا میں رسی کودنے سے پھیپھڑوں کو تازہ ہوا حاصل ہوتی ہے۔اس کے ساتھ ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں اور بیک وقت پورا جسم حرکت کرتا ہے۔یہ بہت آسان ورزش ہے اور ٹائم کی بھی بچت ہوجاتی ہے میں تو کہتی ہوں کہ جو خواتین موٹاپے کا شکار ہیں وہ روزانہ صبح کو 50 سے 70 مرتبہ ایک سانس میں رسی کودنے کی ورزش کریں ان کا موٹاپا مہینوں میں نہیں بلکہ دنوں میں ختم ہوجائیگا۔خواتین کیلئے بے حد آسان اور مفید ورزش ہے اور بے شمار امراض سے نجات کا سبب بن سکتی ہے۔اس سے خون تیزی سے گردش کرتا ہے۔اس ہلکی پھلکی ورزش سے دمہ کی شکایت اور سانس کا نہ آنا ختم ہوگا۔ **(رابعہ قمر)**

ابوحذیفہ، اسلام آباد

وہ سانپ تھا یا جن؟

اس نے سانپ کو بہت بھگانے کی مگر جونہی وہ لاش کو اٹھانے کی کوشش کرتا تو سانپ پھر نمودار ہو جاتا۔اس نے آس پاس سے مقامی لوگ ڈھونڈے اور انہیں لیکر وہاں گیا۔ان کے ساتھ بھی یہی معاملہ پیش آیا جب وہ سانپ کو بھگاتے تو سانپ بھاگ جاتا

یہ ہمارے دھدیال شہر کا واقعہ ہے اور کچھ ہی عرصہ پہلے پیش آیا۔ ہمارے محلے میں فیصل نامی ایک لڑکا رہتا تھا۔شہر کے قریب ایک گاؤں تھا جہاں فیصل کے بہت سے عزیز رہائش پذیر تھے۔ایک دن سہ پہر کے وقت فیصل کو کوئی چیز دینے کیلئے گاؤں جانا تھا وہ ایک دوست کو ساتھ لے کر موٹر سائیکل پر بیٹھ کر روانہ ہوگیا۔ گاؤں میں اس کے رشتہ داروں نے روکنے کی بہت کوشش کی مگر فیصل نے کہا کہ گھر واپس پہنچنا ہے شام کا وقت قریب ہے‘ اس لیے ٹھہر نہیں سکتا۔ اس لیے جلد وہاں سے نکل کر واپس چل پڑا‘ راستے میں کچھ ویران جگہ بھی آتی تھی‘ جہاں محض ریت اور جھاڑیاں ہی تھیں‘ فیصل کو راستے میں پیشاب کی حاجت ہوئی اس نے دوست سے کہا تم موٹر سائیکل کے پاس ذرا ٹھہرو میں پیشاب کی حاجت سے فارغ ہو کر آتا ہوں۔

وہ ریت کے ٹیلے کے پیچھے چلا گیا۔ دوست وہاں انتظار کرتا رہا‘ فیصل کو واپسی میں دیر ہوئی تو دوست نے آواز دی مگر جواب نہ ملا‘ تھوڑی دیر مزید گزری تو دوست کو قدرے پریشانی ہوئی۔ تھوڑی دیر کے بعد فیصل کا دوست بھی اس طرف چل پڑا اجدھر فیصل گیا تھا۔ وہاں جا کر دیکھا تو فیصل گرا پڑا تھا۔ اس نے ہاتھ لگا کر دیکھا مگر فیصل کے جسم میں کوئی حرکت نہ ہوئی اس نے بار بار جھنجھوڑا تو یقین ہوگیا کہ فیصل اب زندہ نہیں۔ اس نے فیصل کو اٹھا کر لانے کی کوشش کی تو اچانک ایک بڑا سا سانپ قریب سے نمودار ہوا اور دوست کو لاش سے پرے ہٹا دیا۔

اس نے سانپ کو بہت بھگانے کی کوشش کی مگر جونہی وہ لاش کو اٹھانے کی کوشش کرتا تو سانپ پھر نمودار ہو جاتا۔ اس نے آس پاس سے مقامی لوگ ڈھونڈے اور انہیں لیکر وہاں گیا۔ ان کے ساتھ بھی یہی معاملہ پیش آیا جب وہ سانپ کو بھگاتے تو سانپ بھاگ جاتا مگر جونہی فیصل کی لاش کو اٹھانے کی کوشش کرتے سانپ پھر سے نمودار ہو جاتا اور حملہ کرنے کے انداز میں ان کی طرف لپکتا۔ کسی نے کہا کہ یہ کوئی خاص معاملہ ہے۔ کسی نیک دیندار آدمی کو لے کر آؤ کہ اس کا کوئی حل کرے۔ قریبی گاؤں سے ایک قاری کو بلایا گیا انہوں نے کچھ پڑھائی کی سانپ کہیں غائب ہوگیا اب لاش اٹھانے کیلئے بڑھے تو پھر سانپ دوبارہ نمودار ہوگیا۔ قاری صاحب نے کہا کہ یہ میرے بس کی بات نہیں اور کسی عامل کا پتہ دیا۔

لاش وہیں پڑی رہی۔ اس عامل کو بلایا گیا اس نے بہت دیر تک کچھ پڑھا‘ لاش کو ایک حصار میں بند کیا اور آس پاس چل پھر کر کچھ پڑھتے رہے‘ کافی دیر کے بعد لوگوں نے کہا کہ اب لاش کو اٹھا لو اور تیزی سے اسے لے جاؤ‘ فیصل کے گھر والوں نے بہت عجلت سے یہ کام کیا اور اٹھا کر گھر لے آئے اور صبح جلد ہی دفن کر دیا۔ فیصل کے گھر والوں کے اصرار کے باوجود عامل نے کبھی اس کی تفصیل یا پس منظر نہیں بتایا۔ فیصل کی کوئی لغزش یا کوئی ایسا گناہ تھا جس کی وجہ سے یہ سب کچھ سامنے آیا؟ اور سانپ کا روکنا کن وجوہات کی بنا پر ہو سکتا ہے؟

نیک صحبت کے ثمرات

مولانا جلال الدین رومی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ایک کانٹا روتے ہوئے اللہ پاک سے کہہ رہا تھا کہ میں نے صلحاء کی زبان سے سنا ہے کہ آپ کا نام ستار العیوب ہے یعنی عیبوں کو چھپانے والا لیکن آپ نے مجھے تو کانٹا بنایا ہے میرا عیب کون چھپائے گا؟ مولانا رومی فرماتے ہیں کہ اس کی زبان حال کی دعا پر اللہ تعالیٰ نے اس کے اوپر پھول کی پنکھڑی پیدا کر دی تاکہ وہ پھول کے دامن میں اپنا منہ چھپا لے۔ بتایئے گلاب کے پھول کے نیچے کانٹے ہوتے ہیں یا نہیں؟ مگر باغبان ان کانٹوں کو باغ سے نہیں نکالتا‘ باغ سے صرف وہ کانٹے نکالے جاتے ہیں جو خالص کانٹے ہوں جنہوں نے کسی پھول کے دامن میں پناہ نہیں لی‘ اسی طرح جو اللہ والوں سے نہیں جڑتے ان کیلئے تو خطرہ ہے لیکن جو گنہگار اللہ والوں کے دامن سے جڑ جاتے ہیں ان کی برکت سے ایک دن وہ بھی اللہ والے بن جائیں گے دنیا کے کانٹے تو پھولوں کے دامن میں کانٹے ہی رہتے ہیں لیکن اللہ والے ایسے پھول ہیں کہ ان کی صحبت میں رہنے والے کانٹے بھی پھول بن جاتے ہیں۔ **(بنت صدیق، سرگودھا)**

محمد بشیر، واہ کینٹ

داناؤں کی باتیں

حضرت علی رضی اللہ عنہ سے منقول ہے کہ سورۂ انعام جس مریض پر پڑھی جائے تو اللہ تعالیٰ اس کو شفاء دیتے ہیں

حضرت محمد بن واسع کہتے ہیں کہ میں مکہ مکرمہ میں حاضر ہوا تو دیکھا کہ حضرت سالم بن عبداللہ کے بھائی اپنے دادا حضرت عمر رضی اللہ عنہ سے حضور اقدس ﷺ کا یہ ارشاد نقل کر رہے تھے کہ جو کوئی بازار میں داخل ہو کر چوتھا کلمہ پڑھتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کیلئے دس لاکھ نیکیاں لکھتے ہیں اور دس لاکھ برائیاں مٹا دیتے ہیں اور دس لاکھ درجے بلند فرماتے ہیں۔ تسبیحات کا بیان: فقیہ رحمتہ اللہ اپنی سند کے ساتھ حضرت ابوہریرہ سے حضور اقدس ﷺ کا یہ ارشاد نقل کرتے ہیں کہ دو کلمے ایسے ہیں جو زبان پر بہت ہی ہلکے اور میزان میں بہت ہی بھاری ہیں اور رحمٰن کو بہت ہی پسند ہیں وہ یہ ہیں سبحان اللہ وبحمدہ سبحان اللہ العظیم۔ حضرت معاذ بن جبل سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ تین چیزیں دنیا میں اجنبی ہیں۔ 1۔ قرآن ظالم کے سینے میں۔ 2۔ نیک آدمی برے لوگوں میں۔ 3۔ قرآن پاک کا نسخہ ایسے گھر میں جہاں اس کی تلاوت نہ ہوتی ہو۔ ☆ **قرآن کا حق:** امام ابوحنیفہ رحمتہ اللہ علیہ کا قول ہے کہ جو شخص سال میں دو مرتبہ قرآن پڑھ لے تو اس نے قرآن کا حق ادا کر دیا کیونکہ حضور ﷺ ہر سال جبرائیل علیہ السلام کو ایک دفعہ قرآن سناتے تھے لیکن وصال والے سال میں آپ ﷺ نے ان کو دو دفعہ قرآن مجید سنایا۔ ☆ **بدترین لوگ:** حضور ﷺ سے کسی نے پوچھا کہ بدترین لوگ کون ہیں؟ آپ ﷺ نے فرمایا عالم لوگ جب کہ وہ بگڑ جائیں اور مشہور ہے کہ جب عالم بگڑتا ہے تو اس کے بگڑنے سے ایک عالم (جہان) بگڑ جاتا ہے۔ ☆ **چار مصیبتیں:** ابویحییٰ وراق فرماتے ہیں مصائب چار ہیں۔ 1۔ تکبیر اولیٰ کا فوت ہونا۔ 2۔ مجلس ذکر کا فوت ہونا۔ 3۔ دشمن کے مقابلہ کا فوت ہونا۔ 4۔ وقوف عرفات کا فوت ہونا یعنی جبکہ حج کیلئے نکلا ہو۔ ☆ **ایک دانا کا قول:** کسی دانا کا قول ہے کہ عقلمند کو کسی ایسے شہر میں پڑاؤ نہیں کرنا چاہیے جہاں پانچ چیزیں نہ ہوں‘ ایک بااختیار بادشاہ‘ دوسرے عادل قاضی تیسرے کامیاب بازار‘ چوتھے جاری رہنے والی نہر‘ پانچویں دانا طبیب۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ سے منقول ہے کہ سورۂ انعام جس مریض پر پڑھی جائے تو اللہ تعالیٰ اس کو شفاء دیتے ہیں۔

قاتل باپ' قاتل بیوی کا انجام

اس راز سے بھی پردہ نہ اٹھ سکا کہ آخر ایک عورت کی خاطر سب کچھ داؤ پر لگا کر خود بھی تباہ ہوا اور پورے گھر والوں کو بھی تباہ کر دیا۔ ہر ایک مقصود پر لعنت بھیجتا ہے اور ہر ایک نفرت کرتا ہے لیکن اب کچھ بھی نہیں ہو سکتا کبھی کبھی سوچتا ہوں کہ یہ تو اس دنیا کی سزا ہے آخرت کی سزا تو باقی ہے

(حاجی غلام محمد' پشاور)

ہمارے ایک دوست جو خود بھی تاجر ہیں یہ ان کے شہر اور ان کے بازار کا سچا واقعہ ہے۔ اس بازار میں مقصود نامی تاجر تھے جس دکان میں وہ کام کرتے تھے وہ دکان اور بالا خانہ اس کی زرخرید جائیداد تھی۔ بالا خانہ میں اس کے کاریگر کام کرتے تھے۔ 3-4 ملازم اس کے ساتھ تنخواہ پر کام کرتے تھے۔ دکان' مکان' جائیداد' گاڑی اور دولت سب کچھ خدا نے دے رکھے تھے لوگ بھی عزت اور احترام سے پیش آتے تھے۔ یوں بہت آرام اور عزت سے بسر اوقات تھا۔ بچے جوان ہوئے تو دو لڑکیوں کی شادی شاندار طریقہ سے کی۔ دو لڑکوں میں ایک لڑکا اختر نامی جوان ہوا تو اس کی شادی دولت کی فراوانی کی وجہ سے بہت دھوم دھام سے کی گئی۔ شادی کے بعد مزے اور خوشی سے دن گزر رہے تھے کیونکہ اختر کی طرح اس کی بیوی بھی خوبصورت اور ملنسار تھی۔ ہنس مکھ ہونے کی وجہ سے ہر ایک اسے عزت اور پیار کی نظر سے دیکھتا۔ سب گھر والے بھی خوش تھے' ہر سہولت گھر میں موجود تھی۔ دو سال بعد خدا نے مقصود خان کو ایک چاند سا پوتا دیا۔ بہت عالی شان عقیقہ کا اہتمام کیا گیا۔ تحفے تحائف آتے رہے' دعوتوں کا سلسلہ بھی کئی دن جاری رہا۔

کچھ مدت بعد نہ جانے انہیں کس کی نظر لگ گئی یا کسی کی بددعا لگ گئی یہ خدا ہی جانتا ہے۔ حالات نے یکسر پلٹا کھایا۔ اس گھر میں شیطان گھس آیا۔ وہی سسر جو بہو کو بیٹی کی آواز دیکر پکارتا اور وہی بہو جو سسر کو ابو جیسے پاک نام سے یاد کرتی۔ اچانک دونوں کی نظریں بدل گئیں۔ نظریں میلی ہوگئیں اور دونوں ان عظیم رشتوں کو پاؤں تلے روندتے ہوئے حرام کی راہوں پر گامزن ہوگئے۔ آہستہ آہستہ یہ سلسلہ آگے بڑھتا گیا اور ایک دن دونوں کے دل میلے ہوگئے اور وہ کچھ ہوا جس کا تصور بھی ناممکن ہے اور پھر یہ چوری چھپے کا کھیل معمول بن گیا مگر دونوں کو ڈر ہر وقت ہمہ گیر ہوتا انہی دنوں اختر بے چارہ بیمار ہوگیا نہ جانے دونوں کو کیا سوجھی آپس کے مشورہ سے اختر کو راستہ سے ہٹانے کیلئے اختر کو دوا کی بجائے زہر کے انجکشن لگانے شروع کیے۔ اختر بے چارہ خوش تھا کہ اس کا علاج ہو رہا ہے اسے کیا خبر تھی کہ یہ انجکشن مسیحا نہیں موت کے پیغام ہیں۔ ظالم باپ اور ظالم بیوی نے آخر اختر کو چارپائی کا کر دیا۔ اٹھنے بیٹھنے کے قابل نہ رہا۔ مکر و فریب کی پیکر اختر کی بیوی اختر کو جھوٹی تسلی اور جھوٹے پیار سے بہلاتی رہی' کبھی مکر و فریب کا رونا دنیا کے دکھلاوے کیلئے کرتی' زہر کی وجہ سے کبھی کبھی اختر کے بدن میں آگ محسوس ہوتی تو رو رو کر باپ سے فریاد کرتا ظالم باپ کا دل پھر بھی نہ بدلا اور جھوٹی تسلی دیتا کہ جلد ہی ٹھیک ہو جاؤ گے اور واقعی ایک ماہ کے اندر اندر ایسا ٹھیک ہوا کہ ہمیشہ کیلئے دنیا کو چھوڑ کر چلا گیا اور یوں ان دونوں کے راستے کی دیوار ہٹ گئی۔

دونوں دل میں تو خوش تھے مگر کسی پر ظاہر نہیں کر سکتے تھے۔ چہلم کے گزرتے ہی حالات نے پلٹا کھایا اب دونوں کو احساس ہوا مگر پانی سر سے گزر چکا تھا۔ دوسری طرف نہ جانے لوگوں کو کیسے کچھ حالات معلوم ہونے لگے اور ان کو شک کی نظر سے دیکھا جانے لگا خدا نے ان پر قہر نازل کیا۔ مقصود کا کاروبار ٹھپ ہوگیا۔ کاروبار کے بند ہونے کی وجہ سے آہستہ آہستہ گاڑی' زیورات اور جائیداد بکنے لگی۔ حالات شدید خراب ہوگئے ادھر کچھ لوگوں کو شک گزرا کہ اختر مرا نہیں بلکہ مارا گیا ہے لیکن کوئی ٹھوس ثبوت نہ ہونے کی وجہ سے کارروائی نہ ہوسکی آخر چوری چھپے مقصود نے بالا خانے اور دکان کا سودا کر کے جگہ بیچ دی کسی کو خبر نہ ہوئی۔ گھر والے اور دیگر بچے بھی بے خبر تھے۔ اتوار کو ویسے بھی چھٹی ہوتی ہے۔ ظالم مقصود نے رقم جیب میں ڈالی اور اختر کی ظالم اور بے وفا بیوی کو ساتھ لیکر گھر سے غائب ہوگئے اور راتوں رات اندھیرے میں ایسے غائب ہوئے کہ آج تین سال سے زائد عرصہ گزرنے کے باوجود دونوں کا سراغ نہ مل سکا۔ مقصود کا معصوم پوتا امی ابو کو یاد کرتے کرتے اور روتے روتے دل تسلی ہوگیا۔ پیر کی صبح کو گھر والوں اور بازار والوں کو حقیقت کا پتا چلا تو سب ہی حیران ہوگئے۔ بچے بیوی تباہی کے دہانے پر کھڑے ہوگئے کوئی بھی کچھ نہیں کرسکتا کیونکہ کسی کو ان کی خبر بھی نہیں کہ کہاں ہیں؟

اس راز سے بھی پردہ نہ اٹھ سکا کہ آخر ایک عورت کی خاطر سب کچھ داؤ پر لگا کر خود بھی تباہ ہوا اور پورے گھر والوں کو بھی تباہ کر دیا۔ ہر ایک مقصود پر لعنت بھیجتا ہے اور ہر ایک نفرت کرتا ہے لیکن اب کچھ بھی نہیں ہوسکتا کبھی کبھی سوچتا ہوں کہ یہ تو اس دنیا کی سزا ہے آخرت کی سزا تو باقی ہے کیونکہ اس دربار سے تو نہیں بچ سکتا۔ اپنے ہی خون کے قتل کی سزا۔ برے کام کی سزا' امانت میں خیانت کی سزا' کاش! ہم انسان سوچ سکیں تو انجام اتنا بھیانک نہ ہو۔ خدا کرے ہمیں ہوش آجائے' خدا کبھی ایسے سسر اور ایسی بہوئیں پیدا نہ کرے جو تباہی اور بےعزتی کا باعث ہوں۔

دھوکہ دہی کا انجام

(اصغر' کوٹ ادو)

ایک صاحب **ملک** سرور تھے۔ ظاہری اچھی خاصی ٹھاٹ باٹ تھی' بڑے زمیندار تھے۔ لوگ ان سے بہت ڈرتے تھے' کافی رعب رکھتے تھے۔ **ملک** سرور صاحب کے گھر میں ان کے ماموں آکر رہنے لگے۔ ان کی کوئی اولاد نہ تھی اور بہت صاحب جائیداد تھے۔ کچھ عرصہ بعد اچانک طبیعت خراب ہوئی اور وہ فوت ہوگئے۔ ماموں کے بھائی احمد پور میں رہتے تھے۔ ان کو اطلاع ملی بھائی کی میت پر پہنچے جب غسل کرانے لگے تو دیکھا کہ ہاتھوں کے انگوٹھے پر نیلی سیاہی لگی ہوئی تھی کیونکہ **ملک** سرور نے ان کی فوتگی کے بعد ان کے ہاتھوں کے انگوٹھے لگوا لیے تھے اور ساری جائیداد اپنے نام کرالی تھی۔ بھائیوں کو شک تو ہوا لیکن ڈر کے مارے چپ رہے۔ کیونکہ **ملک** سرور کے سامنے کوئی نہیں بول سکتا تھا۔ بس کچھ عرصہ **ملک** سرور کی شاہی اور عیاشی کا گزرا۔ حالات بدلے' قسمت کا ستارہ گردش میں آیا ہر کامیابی ناکامی میں بدلنے لگی' ہر سیدھی الٹی ہوجاتی' ایسا زوال زندگی میں آیا ساری جائیداد زمین وغیرہ بک گئی' ملیں تھیں بند ہوگئیں' مقروض ہوتے گئے' خود فوت ہوگئے' اب جوان بیٹا ہے لیکن ایسی کسمپرسی کی زندگی گزار رہا ہے جو نوکر ہوتے تھے اب وہ مالک بن گئے ہیں اور **ملک** صاحب کی اولاد کو مارتے ہیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اگست کے جوابات

1۔ بھائی آپ کو الرجی ہے' اس کیلئے ایک نسخہ ہے: زیرہ سفید چار تولے' سونف چار تولے' اجوائن دیسی چار تولے' دھنیا دو تولے' شکر سرخ چار تولے ان دواؤں کو کوٹ پیس لیں ایک چھوٹا چمچ چائے والا صبح دوپہر شام سادہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ اس کے ساتھ آپ بالوں کو رنگنے کیلئے کوئی معیاری کلر استعمال کریں۔ **(راحیلہ نواز' راولپنڈی)**

2۔ بھائی آپ کا مسئلہ کافی گھمبیر ہے۔ اسی طرح کا معاملہ میرے ایک کزن کے ساتھ بھی درپیش تھا۔ میں نے درج ذیل عمل ایک کتاب سے پڑھا تھا اور اپنے کزن کو دیا تھا میرے کزن نے یقین اور توجہ سے کیا اللہ نے اس کی ساری پریشانیاں دور کر دی تھیں آپ بھی یقین اور توجہ کے ساتھ کریں انشاء اللہ ساری پریشانیاں دور ہو جائیں گی۔ آپ صبح 101 بار سورۃ الفلق اور شام 101 بار سورۃ الناس پڑھیں۔ بہت آزمودہ اور زود اثر عمل ہے انشاء اللہ ہر قسم کے شر سے اور حسد سے حفاظت ہوگی۔ اسے پابندی کے ساتھ کریں۔ **(محمد ریحان' سبی)**

3۔ آپ بہن بھائی اپنی خوراک پر خصوصی توجہ دیں اور اپنی خوراک میں پھلوں کا استعمال زیادہ کریں۔ تازے اور صاف ستھرے پھل استعمال کریں۔ آپ عبقری دواخانہ لاہور کے دفتر سے اکسیر البدن منگوا کر کچھ عرصہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام بیماریاں اللہ دور کر دے گا۔ **(صائمہ' لاہور)**

4۔ بھائی! دانت اللہ تعالیٰ کی بہت بڑی نعمت ہیں لیکن کچھ لوگ اس کی قدر نہیں کرتے اور ان کا خیال نہیں رکھتے' جب یہ نعمت ہم سے چھنتی نظر آتی ہے تو پھر علاج کیلئے بھاگتے ہیں' آپ کیلئے ایک اکسیر نسخہ پیش کر رہا ہوں استعمال کریں۔ پھٹکڑی بریاں ایک تولہ' تمباکو ایک تولہ' نمک سفید آدھا تولہ' صندل سفید آدھا تولہ' چھالکا کیکر ایک تولہ ان تمام ادویہ کو بہت زیادہ باریک کرلیں اور ست پودینہ اور ست اجوائن دو دو گرام روغن لونگ دو گرام ملالیں اور صبح شام انگلی سے دانتوں کو ملیں اور پندرہ منٹ بعد کلی کریں۔ انشاء اللہ دانتوں کے سارے مسائل حل ہو جائیں گے۔ **(محمد سلیم' کراچی)**

ستمبر کے سوالات

میں نے قرآن حفظ کیا' حفظ کے بعد سکول میں داخلہ لے لیا' سکول میں پڑھائی کی طرف زیادہ توجہ دینی پڑی اور قرآن کی طرف کم توجہ سے آہستہ آہستہ منزل بھول چکی ہوں' اسے یاد کرنے میں مشکل نظر آرہی ہے' قرآن مجید کھولتی ہوں تو ایسا لگتا ہے جیسے میں نے حفظ ہی نہیں کیا ہے۔ مجھے بہت ناممکن نظر آتا ہے کہ میں اسے یاد کرسکوں گی۔ میں قرآن مجید یاد کرنے کے ساتھ ساتھ کالج کا بھی پڑھنا چاہتی ہوں۔ آپ مجھے ایسا وظیفہ بتائیں کہ کالج کی پڑھائی کیساتھ قرآن کریم کو بھی یاد کرسکوں۔ **(صوفیہ' لاہور)**

2۔ میری کریانہ کی دکان ہے کاروبار بہت اچھا چل رہا تھا' تقریباً 5 سال کا عرصہ گزرا میرا کاروبار بند ہے' لاکھوں کا نقصان ہو چکا ہے' کئی دفعہ دکان کے اندر سے حرام چیز کی ہڈیاں برآمد ہوتی ہیں' خون سے لکھے تعویذ بھی نکلتے ہیں۔ قارئین! مجھے کوئی آسان سا وظیفہ ارسال کریں جو آسانی سے پڑھا جاسکے تاکہ میں اس مشکل سے نکل سکوں۔ **(طارق' اٹک)**

3۔ قارئین! میری شادی کو تقریباً 5 سال ہوگئے ہیں لیکن میں اولاد جیسی نعمت سے محروم ہوں' براہِ مہربانی مجھے کوئی ایسا نسخہ یا وظیفہ عنایت فرمائیں کہ میں بھی صاحب اولاد بن سکوں۔ **(فرزانہ' شیخوپورہ)**

4۔ قارئین! میرے معدے میں ہر وقت ہلکا ہلکا درد رہتا ہے کھانا کھانے کے بعد یہ درد اور بڑھ جاتا ہے' اس کے علاوہ میرا اگلا بھی کڑوا رہتا ہے۔ **(محمد افضل' لاہور)**

عبادت کیوں ضروری ہے!

ایک دفعہ ایک طوائف سے کہا گیا کہ تف ہے تمہاری زندگی پر کہ چند سکوں کی خاطر اپنی عصمت کا سودا کرلیتی ہو' طوائف نے جواب دیا مجھے اپنی اس بدقسمتی کا احساس تو ضرور ہے مگر افسوس نہیں ہے کیونکہ میں جو کچھ بھی کرتی ہوں کھلم کھلا طور پر کرتی ہوں۔ افسوس تو ان لوگوں کا ہے جو اپنے رزق حلال کو تھوڑے سے نفع کی خاطر حرام کرلیتے ہیں اور پارسا بھی بنتے ہیں۔ ابن الامام شفقت سید انعام علی رضا کی ایک انوکھی منفرد نئی تصنیف سے انتخاب۔ **موبائل:** 0300-7086684

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم و اہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 18

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: ستارے اہل زمین کو غرق ہونے سے بچانے والے ہیں اور میرے اہل بیت میری امت کو اختلاف سے بچانے والے ہیں اور جب کوئی قبیلہ ان کی مخالفت کرتا ہے تو اس میں اختلاف پڑ جاتا ہے یہاں تک کہ وہ شیطان کی جماعت میں سے ہو جاتا ہے۔ **(امام حاکم)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میرے اہل بیت کی مثال حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی کی سی ہے جو اس میں سوار ہوگیا وہ نجات پاگیا اور جو اس سے پیچھے رہ گیا وہ غرق ہوگیا۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: چھ بندوں پر میں لعنت کرتا ہوں اور اللہ بھی ان پر لعنت کرتا ہے اور ہر نبی مستجاب الدعوات ہے وہ بھی ان پر لعنت کرتا ہے: جو کتاب اللہ میں زیادتی کرنے والا ہو اور اللہ تعالیٰ کی قدر کو جھٹلانے والا ہو اور ظلم و جبر کے ساتھ تسلط حاصل کرنے والا ہو تاکہ اس کے ذریعے اسے عزت دے سکے جسے اللہ نے ذلیل کیا ہے اور اسے ذلیل کرسکے جسے اللہ نے عزت دی ہے اور اللہ تعالیٰ کی حرام کردہ چیزوں کو حلال کرنے والا اور میری عترت یعنی اہل بیت کی حرمت کو حلال کرنے والا اور میری سنت کا تارک"۔ **(امام ترمذی' حاکم)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ ایک دفعہ حضور نبی اکرم ﷺ ہم سے مخاطب ہوئے پس میں نے آپ ﷺ کو فرماتے ہوئے سنا: اے لوگو! جو ہمارے اہل بیت سے بغض رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اسے روز قیامت یہودیوں کے ساتھ جمع کریگا تو میں نے عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ اگرچہ وہ نماز' روزہ کا پابند ہی کیوں نہ ہو اور اپنے آپ کو مسلمان گمان ہی کیوں نہ کرتا ہوں؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا: (ہاں) اگرچہ وہ روزہ اور نماز کا پابند ہی کیوں نہ ہو اور خود کو مسلمان تصور کرتا ہو' اے لوگو! یہ لبادہ اوڑھ کر اس نے اپنے خون کو مباح ہونے سے بچایا اور یہ کہ وہ اپنے ہاتھ سے جزیہ دیں درآنحالانکہ وہ گھٹیا اور کمینے ہوں پس میری امت مجھے میری ماں کے پیٹ میں دکھائی گئی پس میرے پاس سے جھنڈوں والے گزرے تو میں نے حضرت علی رضی اللہ عنہ اور علیؓ سے محبت کرنے والوں کیلئے مغفرت طلب کی۔ **(طبرانی)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

ایک ہی خواب

(م۔ر)

خواب: میں روزانہ رات کو سوتے وقت 21 بار بسم اللہ 4 بار سورۃ فاتحہ تین بار سورۂ اخلاص تین بار درود شریف، چار بار تیسرا کلمۂ دس بار استغفار، سونے کی دعا، تین بار آیۃ الکرسی پڑھ کر سوتی ہوں۔ لیکن ہمیشہ ایک ہی خواب دیکھتی ہوں یا تو صاف شفاف پانی ہوتا ہے (دریا، سمندر، ندی نالے کا) یا پھر مٹی سے گدلا ہوا یا پھر کیچڑ کا اور ساتھ میں بچہ ضرور دیکھتی ہوں۔ کبھی کبھی بیری کا درخت یا پھر امرود کا درخت بھی دیکھ لیتی ہوں اس کی کیا وجہ ہے؟ لیکن جمعہ کی رات کو کچھ انوکھا خواب دیکھا ہے کہ میں دریا کے کنارے بیٹھی ہوں اور وہاں بچے کھیل رہے ہیں ان میں سے ایک بچہ اس پانی میں کپ پھینکتا ہے اور پھر خود بھی پانی میں تیرنے کے انداز سے چلا جاتا ہے لیکن تھوڑا آگے جا کر وہ ڈوبنے لگتا ہے اور میں پہلے تو اسے دیکھ رہی ہوتی ہوں لیکن پھر اسے نکال دیتی ہوں اور پھر وہ صحیح ہو جاتا ہے۔

تعبیر: اس خواب کی تعبیر یہ ہے کہ آپ اعمال کی کمی بیشی کا شکار ہیں، بعض اوقات جب نیکی کا رجحان بڑھتا ہے تو صاف شفاف پانی دیکھتی ہیں اور یہ خوشحالی کی علامت ہے اور جب اچھے اعمال میں کمی آتی ہے تو گدلا پانی نظر آتا ہے۔ کچھ آپ پر بد اثرات بھی ہیں۔ روزانہ صبح و شام 101 بار سورۃ الفلق اور سورۃ الناس پابندی سے پڑھیں۔ انشاء اللہ زندگی میں راحت اور سکون ہوگا۔

مالی خوشحالی کا اشارہ ہے

(ا۔خ۔پشاور)

خواب؛ میں دو مہینے سے یہ خواب دیکھ رہا ہوں۔ میرے بال بہت گھنے اور سیاہ اور خوبصورت ہیں جبکہ حقیقت میں میرے بال بہت کم ہیں مسلسل گر رہے ہیں، پلیز مجھے اس کی تعبیر بتائیں۔

تعبیر: آپ کی مالی خوشحالی کا اشارہ ہے، انشاء اللہ تنگدستی اور مالی پریشانی سے نجات ملے گی، بشرطیکہ حقوق اللہ اور حقوق العباد میں ہرگز کوتاہی نہ کریں۔

بدخواہ اور ظالم

(ساجدہ، قصور)

خواب: میں نے دیکھا کہ میری پھوپھو بالکل چڑیل بن کر آئی ہیں، ان کے بال کھلے ہوئے ہیں، دانت بھی بڑے ہیں، کہتی ہیں کہ میں تمہیں نہیں چھوڑوں گی (یعنی ہماری فیملی کا کہتی ہیں) اسی طرح ان کی بیٹی آتی ہے اور وہ بھی یہی کہہ کر چلی جاتی ہے اور اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کی پھوپھی اور اس کی اولاد آپ لوگوں کے ہمدرد نہیں ہیں بلکہ نہایت بدخواہ اور ظالم لوگ ہیں، اس لیے ان سے محتاط رہیں ہر نماز کے بعد تیرہ دفعہ سورۂ کوثر تمام بدن پر دم کر لیا کریں۔

نیک مقصد پائیں گے

(محمد الیاس، بلوچستان)

خواب: دیکھا کہ میں جس لڑکی کو بہت چاہتا ہوں وہ میرے سامنے اپنے گھر کے دروازے پر کھڑی ہے اور میں بھی وہاں کھڑا ہو گیا ہوں اور اس کو دیکھ کر یہ دعا پڑھ رہا ہوں ''رَبِّ اِنِّیْ لِمَآ اَنْزَلْتَ اِلَیَّ مِنْ خَیْرٍ فَقِیْرٌ'' بار اور سورۂ فیل تین بار پڑھی تو میری آنکھ کھل گئی۔

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اللہ تعالیٰ آپ کیلئے بہترین رشتے کا انتظام کر دیگا، اور دشمنوں حاسدوں کے شر سے محفوظ رہ کر آپ اپنے نیک مقصد کو پالیں گے بہرکیف آپ خواب میں دیکھی ہوئی دعا روزانہ 313 دفعہ پڑھ کر دعائے خیر کر لیا کریں۔

کیمرہ چھننا، تصویر کے حرام ہونے کا اشارہ

(زوبیہ ملک، راولپنڈی)

خواب: میں نے دیکھا کہ ہماری بڑی چاچی، امی کی خالہ زاد اور ہم سب خانہ کعبہ میں عبادت کر رہے ہیں کہ اچانک مجھے حضور ﷺ نظر آئے آپ ﷺ کا پورا جسم کفن میں ہے، میں نے آپ ﷺ کے ہونٹ مبارک دیکھے جو کہ گلاب کی پنکھڑیوں کی طرح تھے اور آپ ﷺ کے پاؤں مبارک بھی نظر آئے جو کہ بالکل صاف شفاف تھے میں اس وقت آپ ﷺ کی تصویر کیمرے سے اتارنا چاہتی ہوں کہ وہاں سے کوئی شخص آ کے میرا کیمرہ چھین لیتا ہے اس کے بعد میں نے دیکھا کہ سعودی عرب میں کسی پہاڑی پر ہم سب کھانا کھا رہے ہیں اور دوپہر کا وقت تھا اور موسم بہت اچھا تھا۔

تعبیر: آپ میں دین اسلام کے اصولوں پر عمل کرنے میں کوتاہی پائی جاتی ہے خصوصاً اللہ کی رحمت کو دور کرنے کا آپ سامان کرنے میں بہت بے باک ہیں جو یقیناً دنیا و آخرت میں ناکامی کا باعث ہے جیسا کہ کیمرے کا چھن جانا تصویر کشی اور فوٹوگرافی کے ناجائز اور حرام ہونے کا بین ثبوت ہے کہ سرکار دوعالم ﷺ کی موجودگی میں کیمرہ چھینا گیا اور فوٹو کھینچنے کی اجازت نہیں دی گئی، بہرکیف جب امام الانبیاء حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تصویر نہیں کھینچنے دی گئی تو ہما شما کی کیا حیثیت ہے کہ یہ کہہ کر تصویر کشی کی جائے کہ یادگار کے طور پر فلاں کی تصویر بنائی ہے وغیرہ وغیرہ......

ازدواجی زندگی خوشگوار ہوگی

(ب......لاہور)

خواب: رات میں نے اپنے بھائی کے کام کیلئے استخارہ کیا خواب میں دیکھتی ہوں کہ میں دلہن بنی ہوئی ہوں اور میری شادی ہے، میری تمام سہیلیاں بھی میرے پاس ہیں لیکن بارات واپس چلی جاتی ہے اور میں ویسے ہی بیٹھی رہتی ہوں۔ پھر دیکھتی ہوں میرے نانا ابو جو فوت ہو گئے ہیں میرے پاس کھڑے ہیں اور مجھے کہتے ہیں کھانا کیوں نہیں کھا رہی؟ میں کہتی ہوں کھا لیتی ہوں، پھر منظر بدل جاتا ہے اور میں اپنے استاد کے گھر جاتی ہوں میرے یہ استاد جن کے گھر میں جاتی ہوں کچھ عرصہ ہوا فوت ہو گئے ہیں میں ان کے گھر جاتی ہوں اور ساتھ دو پانی کی بڑی بوتلیں میرے ہاتھ میں ہیں وہ مجھے دیکھ کر خوش ہوتے ہیں پھر میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کی ازدواجی زندگی خوشحال ہوگی اور جو رشتہ آپ کے حق میں بہتر نہیں ہوگا وہ خود بخود واپس چلا جائے گا انشاء اللہ صحیح تر رشتہ طے پا جائے گا۔ آپ ہرگز پریشان نہ ہوں نیز نانا اور استاد کیلئے ایصال ثواب کیا کریں، باقی بھائی جو کام کرنا چاہتے ہیں اس سے باز آئیں۔

تین ماہ بعد بھی کفن صاف تھا

بنت جمشید چغتائی

ایک مرتبہ ان کی والدہ نے کہا بیٹا فلاں جگہ پلاٹ اچھی قیمت میں مل رہا ہے بچوں کیلئے خرید لو ان کی جگہ بن جائیگی۔ تو وہ ایکدم بے چین ہو کر بولے ”اماں یہ کیوں نہیں کہتی کہ یہ پیسے کسی غریب کے کام آجائیں یا کسی یتیم کے کام آجائیں‘ ان یتیموں کا کون سوچے گا

جو واقعہ میں تحریر کرنے جا رہی ہوں ہمارے دور کے چچا کا ہے جو کہ گوجرانوالہ کے رہائشی تھے۔ 8 ماہ پہلے وہ ہر آنکھ کو اشکبار چھوڑ کر اپنے خالق حقیقی سے جا ملے۔ پیشے کے لحاظ سے قصاب تھے۔ ان کی عادت تھی وہ ہر وقت کسی نہ کسی کی نہ صرف مدد کرتے بلکہ جیسا حکم ہے کہ اپنے ایک ہاتھ سے ایسے اللہ کی راہ میں دو کہ دوسرے ہاتھ کو بھی علم نہ ہو۔ اگر کوئی غریب مستحق نادار کسی دوسرے قصاب کے پاس آتا کہ پیسے نہیں اللہ کی راہ میں تھوڑا سا گوشت دیدو۔ وہ قصائی شکیل کا ایڈریس دیکر کہتا اس کے پاس جاؤ تمہارا کام ہو جائیگا گویا وہ اپنے چند روپے کمانے کی خاطر ہاتھ آئی نیکی شکیل کو دے دیتے اور شکیل سوالی سے کہتا روز آ کر لے جایا کرو۔ ان کے فوت ہونے کے بعد کئی ایسے انجان چہرے اور عورتیں سامنے آئیں جن کو خاندان میں کوئی نہیں جانتا تھا مگر وہ اپنے کردار سے انجان لوگوں کو رلا گئے۔ عورتیں روتیں کہ ہم بیوہ یا بے آسرا ہیں مگر ہمیں احساس نہ تھا ہم تو آج بے آسرا ہوئی ہیں وہ مستحق لوگوں کو راشن گھر میں پہنچا دیتے۔ ایک مرتبہ ان کی والدہ نے کہا بیٹا فلاں جگہ پلاٹ اچھی قیمت میں مل رہا ہے بچوں کیلئے خرید لو ان کی جگہ بن جائیگی۔ تو وہ ایکدم بے چین ہو کر بولے ”اماں یہ کیوں نہیں کہتی کہ یہ پیسے کسی غریب کے کام آجائیں یا کسی یتیم کے کام آجائیں‘ ان یتیموں کا کون سوچے گا‘ اپنے بچوں کے سر پر تو میں ابھی ہوں“ مگر ماں کی خوشی اور حکم پورا کیا۔

وہ جانور خریدنے کی غرض سے دو دوستوں کے ساتھ منڈی جانے لگے تھے گاڑی میں بیٹھے ٹکٹ بھی کٹوایا۔ اتنے میں ظہر کی اذان ہوگئی تو وہ گاڑی سے اترنے لگے تو ساتھ جانے والے دوستوں نے پوچھا کہاں جا رہے ہو؟ بولے اذان ہوگئی ہے پہلے نماز پڑھ لیں تو دوستوں نے کہا نماز پڑھنے میں گاڑی نکل جائیگی تو وہ بولے گاڑی دوسری بھی مل جائیگی مگر نماز دوبارہ نہیں آئیگی۔ وہ گاڑی سے اتر گئے اور دوست چلے گئے جب وہ گاڑی میں بیٹھے اتفاق سے گاڑی کی آخری سیٹ ملی پیچھے سے دوسری گاڑی کی زوردار ٹکر ہوگئی پیچھے بیٹھے 4 مسافر زندگی کی بازی ہار گئے جن میں سے ایک شکیل بھی تھے۔ ان کے گھر ایک قیامت برپا تھی۔ وہ نہ صرف نمازی بلکہ غریبوں کی مدد کرنے والے تھے۔ ان کی ماں‘ بیوی اور چار چھوٹے چھوٹے بچے غم سے نڈھال تھے۔ ایک روز بیٹے قبر پر گئے تو بارشوں کی وجہ سے قبر کی مٹی ہٹ چکی تھی اور تختے دکھائی دے رہے تھے۔ ان کے دوسرے بیٹے نے مولوی صاحب کو بلوایا کہ ہم قبر صحیح کرنا چاہتے ہیں مگر ماں کی ضد تھی کہ ایک نظر بیٹے کو دیکھنا چاہتی ہوں۔ مولوی صاحب نے اجازت دیدی جب ان کی قبر سے تختے ہٹائے گئے تو تین ماہ گزرنے کے باوجود وہ ایسے پڑے تھے جیسے سو رہے ہوں‘ ان کے کفن پر مٹی بھی نہ پڑی تھی‘ یوں لگ رہے تھے جیسے ابھی جاگیں گے اور ان کا چہرہ بھی دائیں جانب تھا۔ اس وقت قبرستان میں موجود ہر شخص نے ان کا دیدار کیا اور تین ماہ کی نڈھال اور بیقرار ماں کو قرار اور سکون مل گیا تسلی ہوگئی۔

حدیث کا مفہوم ہے جو شخص بھوکے کو کھانا کھلائے‘ ننگے کو کپڑا پہنائے‘ مسافر کو رات گزارنے کیلئے جگہ دے اللہ رب العزت اسے قیامت کی ہولناکیوں سے پناہ دینگے۔

جہاں تک نماز کا تعلق ہے تو ترک نماز کبیرہ گناہوں میں سے ہے۔ قرآن پاک میں ارشاد ہے جنتی آگ میں جلنے والے گنہگاروں سے پوچھیں گے تم دوزخ میں کیوں چلے گئے؟ وہ جواب دینگے ہم نماز پڑھنے والوں میں سے نہیں تھے اور نہ مسکینوں کو کھانا کھلاتے تھے۔ **(المدثر 34 تا 38)**

اے امت مسلمہ خدا کے واسطے اپنی جانوں پر رحم کرو‘ قبر میں کوئی ساتھ دینے والا نہ ہوگا سوائے اعمال کے۔ قبر یا تو جنت کے باغوں میں سے ایک باغ ہے یا دوزخ کے گڑھوں میں سے ایک گڑھا۔ کوشش کیجئے کہ آپ کی قبر جنت کا باغ ہی ہو۔ نماز قائم کریں‘ اللہ کی راہ میں خرچ کریں یہ مت ڈریں کہ وہ آپ کا قرض لیکر ضبط کر لیگا۔

عبقری سے بھائی مل گیا

ارم ضمیر‘ راولپنڈی

یقین کریں کہ میں پڑھ کر تھوڑی دیر کیلئے لیٹی ہی تھی کہ مجھے خیال آرہا تھا کہ شاید میرا بھائی واپس آرہا ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ میں عبقری کی 2007ء سے مستقل قاری ہوں‘ حکیم صاحب! میرا ذاتی مشاہدہ ہے عبقری کیلئے کہ یہ زندگی کے ہر معاملہ میں بہت مدد دیتا ہے میں نے گمشدہ شخص‘ جانور یا چیز کیلئے ایک عمل عبقری سے کیا۔

واقعہ کچھ یوں ہے کہ میرا بھائی جس کی عمر اب اٹھارہ سال ہے۔ جب چودہ سال کا تھا تو گھر سے چار ماہ غائب رہا۔ پھر ہم سب گھر والوں نے بہت وظیفے کیے اور اعمال کیے اور اللہ کا کرنا کہ وہ چار ماہ بعد بہت مشکل سے ملا۔ اس کے بعد وہ 2009ء میں گھر سے لڑ کر لاہور چلا گیا جب میرے والدین نے مجھے بتایا تو میں بہت پریشان ہوئی کہ میرا جوان بھائی کہیں غصے میں غلط کاموں میں نہ پڑ جائے۔ بہت منتیں کیں مگر وہ واپس نہ آیا اور فون بھی بند کر دیا اور ہمیں یہ بھی نہ پتا تھا کہ وہ اب کہاں ہے۔ حکیم صاحب پھر میرے ذہن میں عبقری کا خیال آیا سارے عبقری کنگھالے مگر پریشانی میں نہ کچھ سمجھ آرہا تھا نہ نظر آیا۔

پھر زیادہ پریشانی ہوئی کہ بہت دفعہ گمشدہ کیلئے پڑھا تھا مگر آج کیوں نہیں مل رہا۔ پھر اللہ تعالیٰ سے خلوص دل سے دعا کی کہ مجھے کچھ مل جائے اور آپ یقین کریں حکیم صاحب کہ سارے پرانے عبقری بستر پر کھلے پڑے تھے اور 2009ء کے ایک عبقری کا صفحہ کھلا سامنے تھا کہ کوئی انسان یا حیوان بھاگ جائے یا گم جائے تو سورۂ لقمان (پارہ 21) کی آیت نمبر 16 اٹھتے بیٹھتے پڑھیں اور حکیم صاحب میں نے اشراق کی نماز کے بعد یہ آیت بار بار پڑھی۔

یقین کریں کہ میں پڑھ کر تھوڑی دیر کیلئے لیٹی ہی تھی کہ مجھے خیال آرہا تھا کہ شاید میرا بھائی واپس آرہا ہے اور میرے گھر آنے کیلئے اس کے پاس پیسے نہیں ہیں اور واقعی تھوڑی دیر بعد میرا بھائی واپس آگیا اور بتایا کہ میں لاہور سے ریل گاڑی پر آیا ہوں اور آگے آنے کیلئے میرے پاس پیسے نہیں تھے اور پیدل آیا ہوں۔ لیکن اس پڑھنے کیلئے خلوص نیت بہت ضروری ہے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

توند سے نجات

میری عمر 20 سال ہے۔ کھاتے پیتے گھر کی لڑکی ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ ہم تین بہن بھائی ہیں اور ہم سب کی توند نکل آتی ہے۔ دونوں بھائی تو پرواہ نہیں کرتے مگر مجھے اپنی توند بہت بری لگتی ہے۔ اکثر قبض رہتا ہے' صبح اٹھنے کو جی نہیں چاہتا' میں سعودیہ میں رہتی ہوں۔ ہفتے میں کبھی کبھار سیر کو چلے جاتے ہیں۔ گھر میں کوئی خاص کام نہیں۔ والدہ سارے کام کرتی ہیں' مجھے کوئی ایسا ٹوٹکا بتائیے جس سے میرا بدنما پیٹ کم ہو جائے جو روز بروز بڑھتا جارہا ہے' کھانے کے بعد ڈکاریں آتی ہیں۔ میں دو تین بوتلیں پیپسی کولا پی لیتی ہوں' اس کے باوجود ہاضمہ درست نہیں رہتا۔ ڈاکٹر سے چیک اپ کرایا وہ سب کچھ ٹھیک بتاتا ہے۔ گیس کیلئے گولیاں دی ہیں اور کچھ نہیں۔ آپ میرا یہ مسئلہ حل کر دیجئے مہربانی ہوگی۔ **(ت۔ب' سعودی عرب)**

مشورہ: بی بی! آپ کا مفصل خط ملا۔ آپ نے لکھا ہے کہ میں کھاتے پیتے گھر کی لڑکی ہوں' اب ایسے گھروں کی لڑکیاں دور سے پہچانی جاتی ہیں...... زیورات سے' قیمتی لباس سے اور موٹاپے سے۔ آپ بھی سمارٹ بن سکتی ہیں' شادی کے بعد وزن کنٹرول کرنا آپ کیلئے مشکل ہوگا۔ بچے ہونے کے بعد اور بھی زیادہ' لہٰذا بہتر یہ ہے کہ آپ ابھی سے اپنی غذا کو درست کریں۔ ورزش والی سائیکل سے آپ وزن کم کر سکتی ہیں مگر طریقے سے۔ آپ ایک وقت مقرر کیجئے اور آہستہ آہستہ بڑھاتی جائیے۔ چائے قہوے میں لیموں کا رس نچوڑ کر پیجئے۔ اس کے دس منٹ بعد آپ سائیکل چلائیے۔ سائیکل نہ چلائیں تو صبح و شام آدھ آدھ گھنٹہ سیر کیجئے۔ اپنی غذا کا خاص خیال رکھیے۔ تلی ہوئی چکنی چیزیں' بالائی' مکھن' جیم' کریم' پنیر' آئس کریم' چاکلیٹ' مٹھائی' بسکٹ' کیک' پیسٹری' کریم لیف اور پیپسی کولا مشروبات وغیرہ سے پرہیز کیجئے۔ تازہ سبزیاں' سلاد' دلیہ' کریم نکلا ہوا دودھ' دہی' سادہ ابلے چاول' چھلکے والی دالیں غذا میں شامل کیجئے۔ صبح ابلے ہوئے گرم پانی میں ایک چمچہ شہد اور ایک لیموں کا رس ڈال کر پیا کیجئے۔ روٹی کی مقدار آہستہ آہستہ کم کیجئے۔ اگر آپ سچ مچ اپنی توند کم کرنا چاہتی ہیں تو قوت ارادی سے کام لیجئے۔ موٹاپے کی بڑی وجہ بسیار خوری اور کام کاج نہ کرنا ہے۔ کام کاج میں امی کا ہاتھ بٹائیے۔ صبح اٹھ کر نماز پڑھیے رات کو نماز پڑھ کر جلدی سونے کی عادت ڈالیے آپ کا مسئلہ حل ہو جائیگا۔

ناک کا سوراخ بند ہو سکتا ہے؟

چار برس پہلے میں نے ناک چھدوائی تھی' دو سال سونے کی کیل پہنی' اب مجھے چھدی ہوئی ناک زہر لگتی ہے۔ کیا یہ سوراخ بند ہو سکتا ہے۔ میرے بازو بہت کمزور ہیں' میں چاہتی ہوں موٹے ہو جائیں' میرے بال اتر رہے ہیں۔ سر میں درد رہتا ہے آدھے سر کا درد ہوتا ہے۔ یہ سارے مسئلے حل کر دیجئے۔ **(ماہ بانو' ستی' راولپنڈی)**

مشورہ: ماہ بانو! وقت کے ساتھ ساتھ سوراخ بند ہو جائے گا۔ آپ کو یہ برا لگتا ہے تو کہیں آتے جاتے وقت اسے میک اپ سے چھپا سکتی ہیں اور کوئی علاج نہیں۔ گھر کا کام خوب دل لگا کر کیجئے۔ کپڑے دھونے اور کپڑے سے فرش صاف کرنے سے بازو موٹے ہو جائیں گے۔ سردی کے موسم میں آپ زیتون کے تیل کی مالش بھی کر سکتی ہیں۔ صحت ٹھیک ہو تو بالوں کی نشوونما ٹھیک ہوتی ہے۔ کلیجی' پالک ہفتے میں دو بار کھایا کیجئے۔ روزانہ ایک سیب کھانے سے بھی آپ کی صحت پر نمایاں اثر پڑے گا۔

آدھے سر کا درد ذہنی پریشانی سے بھی ہو سکتا ہے۔ رات کو بارہ دانے بادام اور ایک چمچہ کشمش پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ صبح اٹھ کر ایک کپ دودھ کے ساتھ کھائیں اس سے دماغ کو قوت پہنچے گی اور آپ کی صحت بھی بہتر ہو جائے گی۔ بازاری تیل وغیرہ استعمال نہ کیجئے۔ بالوں کی صفائی کا خاص خیال رکھیے۔

ہرا دھنیا کیسے تازہ رہ سکتا ہے

ہرا دھنیا آج کل بہت مہنگا ہے اور گھر لانے کے بعد خراب ہو جاتا ہے اسے کس طرح محفوظ کر سکتے ہیں۔ **(عابدہ بتول' لاہور)**

مشورہ: ہرے دھنیے کی جڑیں کاٹ کر کسی کھلے برتن میں ٹھنڈا پانی بھر کر رکھ دیجئے۔ دو تین دن تازہ رہے گا۔ آپ اسے فریج میں بھی محفوظ کر سکتی ہیں۔ ہرا دھنیا دھونے کے بعد اس کی گڈی بنائیے اور کسی گیلے موٹے کپڑے میں لپیٹ کر نیچے کے خانے میں رکھیے۔ کپڑا زیادہ گیلا نہ ہو۔ ہرا دھنیا کاٹ کر کسی پلاسٹک کے لفافے میں بھر کر فریزر میں بھی رکھ سکتی ہیں۔ ثابت دھنیا لے کر اسے مسل کر آپ کسی گملے میں بو دیں' ہرا دھنیا جلدی پھوٹ آئے گا۔ اس طرح آپ کو تازہ دھنیا مل سکے گا۔ کچھ خواتین ہرا دھنیا سکھا کر رکھتی ہیں۔ مگر اس میں خوشبو نہیں رہتی۔

ہاتھوں پر پسینہ

میرے ہاتھوں میں بہت پسینہ آتا ہے۔ میں لکھنے کا کام نہیں کر سکتی۔ میٹرک کی طالبہ ہوں' ساری کاپی پر داغ پڑ جاتے ہیں۔ اس کا کیا علاج ہے؟ **(عابدہ حسین' سیالکوٹ)**

مشورہ: میرے پاس ایک لڑکا آیا تھا۔ اس کے ہاتھ سے پسینے کے قطرے ٹپکتے تھے' دوبارہ آیا تو وہ ٹھیک تھا۔ کہنے لگا مجھے کسی نے کہا تھا چائے کے بچے ہوئے قہوے سے اپنے ہاتھ دھویا کرو۔ میں دن میں دو تین بار ہاتھ دھوتا تھا۔ پھر مجھے گاؤں کی ایک بوڑھی عورت نے کہا کہ کریلے کو کوٹ کر اسے اچھی طرح ہاتھ میں دبا کر رکھو' صبح شام اسی طرح کرو' دس بارہ دن کرنے سے میرے ہاتھ کی تکلیف دور ہوگئی۔ میں نے کریلے بھی دس بارہ دن پکا کر کھائے بغیر گوشت کے۔ ان میں آلو بخارا بھی ڈالتا تھا۔ تو عابدہ بی بی! آپ بھی چائے کے پانی والا ٹوٹکا آزمائیے۔ کریلے کا تازہ پانی یا مہندی لگائیے۔ اس میں جو کا براؤن سرکہ ایک چمچہ ملا لیجئے۔ ہفتے میں دو ایک بار لگائیے۔ فرق پڑ جائے گا۔ فی الحال آپ بلاٹنگ پیپر کاپی پر رکھ کر کام کیجئے۔ آپ کا ہاتھ بلاٹنگ پیپر پر رہے تاکہ پسینہ سے کاپی خراب نہ ہو۔

سیپیوں کا سفوف

سیپیوں کو تیز گرم پانی میں ڈال کر برش سے صاف کر لیں پھر تھوڑا سا نمک ڈال کر تقریباً پانچ منٹ تیز آگ پر ابال لیں ابال آنے کے بعد کسی چھلنی میں سیپیاں ڈال دیں جب پانی خشک ہو جائے تو انہیں تیز آگ پر جلائیں' سوئی گیس کے چولہے پر انہیں اچھی طرح سرخ ہونے دیں جب سرخ ہو جائیں تو کسی برتن میں پانی ڈال کر سیپیاں اس برتن میں ڈال دیں جب سیپیاں ٹوٹ جائیں تو ان کو ہاون دستہ میں کوٹ کر گرائنڈر میں پیس لیں۔ ایک چمچہ سفوف تھوڑے سے دودھ میں مکس کر کے رات کو سونے سے پہلے اچھی طرح سے چہرے پر لگائیں صبح تازے پانی سے منہ دھولیں' چہرے کی تازگی کیلئے یہ سفوف نہایت موزوں ثابت ہوگا۔ **(مرسلہ: بنت عنایت' کوئٹہ)**

لہسن سے فالج، لقوہ اور گٹھیا سے نجات

فاخرہ شفیق، ملتان

لہسن کی پوتھی کو چھیل کر اگر درد والے دانت کے سوراخ میں بھر دیا جائے تو درد فوراً بند ہو جاتا ہے اور دانت کا کیڑا مر جاتا ہے۔
اگر لہسن کا پلٹس بنا کر پھوڑے پر باندھا جائے تو پھوڑا جلدی پھٹ جاتا ہے اور اس سے گندا مواد خارج ہو جاتا ہے

لہسن پوری دنیا میں پائی جانے والی مشہور سبزی ہے۔ جسے سبز اور خشک دونوں حالتوں میں استعمال کیا جاتا ہے۔ اسے ہر سالن میں فائدہ کیلئے استعمال کیا جاتا ہے۔ اس کے اجزاء میں نمکیات' فولاد' تانبہ اور وٹامن اے' ایچ' سی وغیرہ شامل ہیں۔ اس کی گرمی بے حد اثر دکھاتی ہے اور اس کا مزاج گرم خشک ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں:۔

☆لہسن ملین ہے' یہ معدے کی رطوبتوں کو خشک کرتا ہے۔☆ لہسن گرم اور محلل ہے مگر یہ پیاس پیدا کرنے کا باعث بنتا ہے۔☆ یہ خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے۔☆ اس کے کھانے سے جسم میں قوت پیدا ہوتی ہے۔☆لہسن کے استعمال سے ریشہ اور لقوہ ایسی امراض دور ہو جاتی ہیں۔☆لہسن کا پانی اگر سر کی جوؤں کو ختم کرنے کیلئے استعمال کیا جائے تو وہ فوراً ختم ہو جاتی ہیں۔☆صفرا کو بڑھاتا ہے' اس میں سلاجیت کا بدل موجود ہے اور یہ سرد مقام والوں کیلئے قدرت کا بہترین عطیہ ہے۔☆ باؤ گولہ' ورم اعضاء' دمہ' کھانسی اور بواسیر کیلئے بے حد مفید ہے۔☆ اسے کھانے سے آواز صاف ہو جاتی ہے اور گلا بھی صاف ہو جاتا ہے۔☆ پیشاب اور حیض جاری کرتا ہے۔☆ موسم سرما میں بدن کو گرم رکھتا ہے۔☆ انار دانہ' پودینہ' ادرک اور لہسن کو رگڑ کر بطور چٹنی استعمال کرنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔☆ ریاحی امراض اور اپھارہ میں اسے بھون کر کھانے سے آرام ملتا ہے۔☆ بلڈ پریشر ہائی کیلئے بہت مفید ہے۔☆ جس عورت کا حیض بند ہو تو خوراک کے طور پر لہسن کھلائیں تو حیض کھل جائے گا۔☆ اگر پھوڑے پھنسیاں ہوں تو ان پر لہسن پیس کر لیپ کرنے سے شفاء ہوتی ہے۔☆ جسمانی' مردی طاقت اور دماغی طاقت دیتا ہے۔ ☆اس کا مسلسل استعمال بیماریوں سے بچاتا ہے۔☆ تپ دق کے مریضوں کو اس کے استعمال سے افاقہ ہوتا ہے۔

☆ بڑی عمر کے لوگوں کو اس کے استعمال سے زیادہ فائدہ ہوتا ہے۔☆ چھ ماشہ لہسن کا رس اگر دودھ بھینس میں ملا کر تپ دق کے مریض کو دیا جائے تو صحت ہوتی ہے۔☆ بقول چند اطباء اگر اس کا اسی (80) روزہ استعمال کیا جائے تو اسی علاج کے دوران فالج' گنٹھیا' لقوہ اور ریح سے مکمل شفاء ہوتی ہے۔ اس کا طریقہ علاج یوں ہے کہ پہلے دن ایک مغز دوسرے دن دو اور چالیسویں روز چالیس اور پھر کم کرنا شروع کر دیں۔ اس طرح یہ چالیس روزہ نسخہ ہوگا۔☆لہسن کو رگڑ کر رس نکال لیں اور پھر اس میں نوشادر ملا لیں اور جہاں جہاں جسم پر پھلبہری کے نشان ہوں لگانے سے یہ داغ ختم ہو جائیں گے۔☆ کان کے سخت سے سخت درد کو دور کرنے کیلئے لہسن کا رس چند قطرے کان میں ٹپکانے سے فوری آرام آجاتا ہے۔ یعنی کان کے اندر پھنسی ختم ہو جاتی ہے اور سخت سے سخت درد کو بھی آرام ملتا ہے۔☆ یہ بھوک بڑھاتا ہے' لہسن کو حلوہ بنایا جاتا ہے اور شہد ملا کر کھایا جاتا ہے۔☆لہسن کی پوتھی کو چھیل کر اگر درد والے دانت کے سوراخ میں بھر دیا جائے تو درد فوراً بند ہو جاتا ہے اور دانت کا کیڑا مر جاتا ہے۔ ☆ اگر لہسن کا پلٹس بنا کر پھوڑے پر باندھا جائے تو پھوڑا جلدی پھٹ جاتا ہے اور اس سے گندا مواد خارج ہو جاتا ہے۔☆لہسن کی معجون بھی بنائی جاتی ہے جو کہ مختلف امراض میں بے حد مفید ہوتی ہے' ان امراض میں گنٹھیا' ریح کے درد' نمونیا' بھوک نہ لگنا' جسم میں حرارت غریزی کی کمی' لقوہ' بلغمی امراض' بلڈ پریشر زیادہ اہم ہیں۔ یہ معجون قوت باہ بڑھاتی ہے اور جسم میں طاقت پیدا کرتی ہے۔ **نسخہ وترکیب یوں ہے:** لہسن کا مغز چھ چھٹانک چھاچھ میں بھگو دیں تاکہ لہسن کی بو ختم ہو جائے پھر چھ سیر دودھ ملا کر اسے نرم آگ پر پکایا جائے اور ساتھ ساتھ چمچہ ہلاتے رہیں۔ جب پورا دودھ کھویا بن جائے تو اس میں سونٹھ' کالی مرچ' الائچی خورد' دارچینی' ناگ کیسر' ہلدی' بابڑنگ' دارہلد' پپلا مول' اسگند' بدھارا' سنا مکی' کوکھرو' سونف' لونگ' اجوائن' تج' کچور اور تخم کونچ ہر ایک چھ ماشہ سفوف بنا کر اس میں شامل کریں۔ اس کے علاوہ حسب ضرورت مصری لے کر اچھی طرح ملا لیں۔ معجون تیار ہے۔ اگر تھوڑی بنانی ہو تو اس تناسب سے ادویہ شامل کر کے معجون بنائیں۔ دو تولہ معجون صبح' شام ہمراہ پانی نیم گرم استعمال کریں۔ یہ معجون صرف سردیوں میں استعمال کرنی چاہیے۔ لہسن کا خالی کھویا بھی بہت مفید ہوتا ہے۔ مقدار خوراک: ایک چمچہ صبح وشام۔ **احتیاط:** لہسن کو زیادہ مقدار میں نہیں کھانا چاہیے' گرم مزاج والے لوگ کم مقدار میں استعمال کریں۔

خون کے دستوں کیلئے

یہ نسخہ میں نے ایک پرانی کتاب سے لیا تھا جس کسی کو بھی دیا بہت مجرب پایا۔ **ھوالشافی:** مکھن گائے 3 تولہ' کھانڈ ایک تولہ' شہد خالص ایک تولہ ملا کر چٹانے سے خون کے دستوں کا آنا بفضلہٖ بالکل بند ہو جاتا ہے۔ نہایت سہل تدبیر ہے۔ **(محمد شاہد' لاہور)**

میرے آزمودہ تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی' جسمانی نسخہ' ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

غیبی مدد کا عجیب واقعہ

(محمد نذیر احمد' فیصل آباد)

یہ واقعہ 1962ء کا ہے میرے بھائی نے مجھے بتایا: میں ملازمت کے سلسلہ میں گھر سے باہر تھا میری نانی صاحبہ کی آنکھوں کی بینائی کمزور تھی گاؤں میں رہائش تھی' ہمارا گاؤں فیصل آباد سرگودھا روڈ چک 46 جنوبی سے بطرف مغرب چار میل کے فاصلے پر واقع ہے۔ ہاں تو عرض کر رہا تھا کہ ہماری نانی صاحبہ کی آنکھوں کی بینائی بہت کمزور تھی اور سوچا کرتے تھے کہ آپریشن کروالیا جائے لیکن کئی مسائل آڑے آتے تھے' بڑوں کے علم میں ان دنوں گوجرہ (ضلع فیصل آباد) اور ڈسکہ کے آنکھوں کے ہسپتال مشہور تھے باقی مقامی ضلعی مقامات پر جو بڑے سرکاری' غیر سرکاری ہسپتال تھے ان کے بارے نہ اتنی معلومات تھیں نہ رسائی نہ مالی وسائل بس سوچ بچار میں ہی رہتے تھے۔ بڑے بھائی صاحب کاشتکاری کے سلسلہ میں باہر کھیتوں میں ہوتے تھے۔ چھوٹا بھائی پڑھتا تھا وہ بھی سکول سے واپس آکر کھیتوں میں چلا جاتا تھا۔ گاؤں میں ہماری ایک خالہ رہتی تھیں گھر میں والدہ اور نانی صاحبہ ہی ہوتی تھیں۔

ایک روز باہر گلی میں ایک حکیم / ڈاکٹر صاحب نے آواز لگائی کہ آنکھوں کا علاج' آپریشن کروالو' آنکھیں بنوالو' یہ آواز سن کر گھر والوں نے اسے بلوالیا اس سے بات کی اس نے کہا جی میں دونوں آنکھوں کا آپریشن کردوں گا۔ گھر والے کہنے لگے کہ عام طور پر پہلے ایک آنکھ کا آپریشن کیا جاتا اس کے چند دنوں بعد دوسری آنکھ کا۔ حکیم صاحب نے کہا کہ جی دونوں آنکھوں کا آپریشن کردوں گا اور پیسے بھی بعد میں لوں گا۔

باہر کھیتوں سے بھائی صاحب کو بلوایا گیا۔ خالہ کو بھی بلوایا گیا صلاح مشورہ کیا گیا۔ حکیم صاحب سے بات ہوئی اس نے پھر کہا کہ میں آپ سے پیسے تھوڑے مانگ رہا ہوں پیسے بعد میں دیں۔ آپریشن کرکے پٹی میں خود کروں گا 10 دن بعد آکر پٹی بھی خود اتاروں گا۔ ادھر لالیاں میں میں رہتا ہوں' محمد دین میرا نام ہے' مین بازار کے آخر میں محلّہ میں رہتا ہوں۔ جب چاہو میرے پاس آؤ' گھر والے مان گئے' آپریشن ہوگیا۔ پٹی باندھ دی گئی۔ اب دس دن ہوگئے حکیم صاحب نہ آئے۔ تقریباً تیرھواں دن بھی گزر گیا اب پھر پریشانی ہوئی۔ صلاح مشورہ کے بعد 14 ویں دن گھر والوں کے مطابق بھائی وہاں مین بازار آخر میں پہنچ گئے پوچھ گچھ کی گئی تو ادھر لوگوں نے بتایا کہ بھائی اس نام کا تو ادھر محلّہ میں نہیں ہے نہ اس نام کا آنکھوں کا کوئی حکیم ہی ہے۔ سارے شہر میں اس نام کا کوئی حکیم ڈاکٹر نہیں ہے۔ تھک ہار کر بھائی صاحب شام کو گھر واپس آگئے اور صورتحال سے آگاہ کیا تو گھر والے اب سارے پریشان کہ اب کیا کیا جائے؟

اب گاؤں میں ایک خاتون گوجرہ سے آنکھوں کا آپریشن کروا کر لائی تھی صلاح ہوئی کہ اس سے مشورہ کیا جائے کہ وہ آپریشن کے بعد کونسی دوائی ڈالتی ہے۔ وہی دوائی سرگودھا سے منگوائی گئی اور طے یہ ہوا کہ پٹی کھول کر وہی دوائی ڈال دی جائے۔

اب کرنا خدا کا کیا ہوا کہ جب ہماری نانی صاحبہ کی پٹی کھولی گئی تو دونوں آنکھوں کی بینائی بالکل ٹھیک تھی نہ کوئی درد نہ کوئی تکلیف اور نہ زخم اور دوائی کے استعمال کی قطعاً ضرورت محسوس نہ ہوئی۔ اب گھر والوں کی خوشی کی انتہا نہ تھی اور حکیم صاحب کو دعائیں دینے لگے اب ہر کوئی اس حکیم کے بارے پوچھتا تھا لیکن وہ حکیم صاحب بعد میں کبھی نہیں آئے نہ کسی کو ملے۔ نہ لالیاں میں ان کا پتہ چلا۔

نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام پر درود

(بنت صدیق' سرگودھا)

اللہ تعالیٰ کا سب سے بڑا احسان وہ سرچشمہ ہدایت ہیں جنہیں اس نے بھٹکی ہوئی انسانیت کو راہ راست دکھانے کیلئے مبعوث فرمایا اور جنہیں ہمارے لیے نمونہ بنا کر بھیجا یہ وہ ذات گرامی ہے جو تمام ظاہری اور معنوی احسانات کی جامع ہے اس لیے خدا کی یاد کے بعد اس مقدس ہستی کی یاد مسلمان کے ایمان کا جزو ہے۔ یہ یاد اذان کے ذریعہ بھی ہوتی ہے اور اقامت کے ذریعے بھی۔

نماز میں تشہد کے ذریعے بھی ہوتی ہے اور درود کے ذریعے بھی۔ جس طرح اللہ کی یاد کے ساتھ اس سے محبت بھی ضروری ہے اسی طرح تمام جہان کیلئے جس ہستی کو اس نے رحمت بنا کر بھیجا یعنی خاتم النبین حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی یاد کے ساتھ بھی آپ ﷺ کی ذات سے محبت ایمان کا لازمی تقاضا ہے۔ آپ ﷺ کے نام نامی سے قلب میں ٹھنڈک' روح کو فرحت اور زبان کو لذت ملتی ہے جس طرح پیاس کی شدت میں ٹھنڈا پانی پینے سے جسم وجان کو سکون حاصل ہوتا ہے۔ آپ ﷺ پر درود وسلام بھیجنے سے وہی سکون روح انسانی کو نصیب ہوتا ہے۔ آپ ﷺ سے محبت کا طریقہ آپ ﷺ کی ایک ایک سنت کا اتباع ہے۔ اس اتباع میں کیف وسرور پیدا ہوتا ہے درود کی کثرت سے۔ آپ ﷺ نے فرمایا ہے:۔ ''جو شخص مجھ پر ایک بار درود وسلام بھیجتا ہے اللہ تعالیٰ اس پر دس بار نگاہ رحمت ڈالتا ہے۔'' کسی مجلس میں آپ ﷺ کا نام مبارک لیا جائے اور سننے والا آپ ﷺ پر درود نہ پڑھے تو اس کو آپ ﷺ نے بخیل فرمایا ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ''بخیل وہ ہے جس کے سامنے میرا ذکر کیا جائے اور وہ درود نہ پڑھے'' (ترمذی احمد)

ترمذی میں حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی یہ روایت نقل ہوئی ہے۔ ''دعا اس وقت تک زمین وآسمان کے درمیان ٹھہری رہتی ہے اور اوپر نہیں جاتی جب تک تم اپنے نبی کریم ﷺ پر درود نہ پڑھ لو'' سب سے بہتر اور افضل درود وہ ہے جو نماز میں پڑھا جاتا ہے حدیث کی کتابوں میں اور بھی درودوں کا ذکر ہے جن الفاظ سے بھی آپ ﷺ پر درود وسلام پڑھا جائے وہ سب باعث ثواب ہیں اور دل کو سکون اور راحت عطا کرتے ہیں۔

واہ رے انڈے واہ

(محمد فاران ارشد بھٹی' مظفر گڑھ)

یوں تو اللہ تعالیٰ نے بے شمار چیزیں اور نعمتیں پیدا کی ہیں اور کوئی چیز بھی بے فائدہ نہیں ہے' چونٹی' مکھی' مچھر بھی بے فائدہ نہیں' گھاس' پھونس بھی فضول نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ نے خود فرمایا ہے کہ میں نے دنیا میں کوئی چیز بغیر فائدے کے نہیں

بنائی'' ہاں یہ اور بات ہم انسانوں کی ناقص عقل میں یہ بات نہ آئے۔ انہی بے شمار نعمتوں میں ایک انڈا بھی شامل ہے جب کیڑا مکوڑا' گھاس تنکا تک فضول نہیں ہے تو پھر انڈا تو پھر انڈا ہے آج انڈے کے طبی فائدے لکھ رہا ہوں امید ہے آپ لوگ مستفید ہوں گے۔

خشک کھانسی

مریض کو ہر وقت گلے میں خراش ہو ہر وقت کھوں کھوں کر رہا ہو تو صبح صبح نہار منہ انڈا ابال کر نمک لگا کر کھالے (چھلکا اتارنا نہ بھولیے) تین روز متواتر کھانا ہے انشاء اللہ افاقہ ہوگا' اگر کھانسی پرانی ہو چکی ہو تو ہفتہ پندرہ دن مسلسل انڈا کھائے' انشاء اللہ مکمل آرام ہو جائے گا۔

شوگر کی پھنسیاں

شوگر کے مریض کو اکثر پھنسیاں اور پھوڑے نکل آتے ہیں اور انتہائی تکلیف کا باعث بنتے ہیں۔ انڈے کے چھلکوں کو باریک کوٹ پیس کر سفوف بنالیں ایک چھوٹا چمچ یہی سفوف پانی کے ساتھ نگل لیں اگر سفوف کو یوں کھانا نہ چاہیں تو کیپسولوں میں ڈال کر کھالیں انشاء اللہ تکلیف دور ہو جائیگی۔

چھوٹے بچوں کا رال ٹپکنا

اکثر چھوٹے بچے رال ٹپکاتے ہیں ہر وقت ان کے منہ سے تھوکیں نکلتی رہتی ہیں' رالیں نکل نکل کر کپڑوں کا ستیاناس کر دیتی ہیں ہر وقت قمیض کا دامن گیلا رہنے کی وجہ سے بدبو ہو جاتی ہے کتنی دفعہ کپڑے تبدیل کرنے پڑتے ہیں' جب باندھے جاتے ہیں بچے کی گردن وغیرہ پر پوڈر چھڑکا جاتا ہے لیکن بچے پھر بھی بدبودار غلیظ رہتے ہیں' رالوں کی بندش کا ایک اکسیر نسخہ پیش خدمت ہے یہ آزمودہ نسخہ اور سوفیصد کامیاب ہے ہمارے اپنے گھر میں آزمایا جا چکا ہے۔

چوزہ مرغی جو زندگی کا پہلا انڈا دے وہ اُبال کر بچے کو کھلایا جائے اگر بچہ سال سے چھوٹا ہے اُبلا ہوا انڈا نہیں کھا سکتا تو اُس کیلئے انڈے کو نیم بوائل کر کے چمچ کے ساتھ بچہ کو کھلائیں۔ کم از کم تین انڈے اسی قسم کے یعنی چوزہ مرغی کا پہلا انڈا ہو۔ جن کی مرغیاں ہوں یا پھر فارم والوں کے ذمہ لگائیں' زندگی کا پہلا انڈا شرط ہے۔ انشاء اللہ تین انڈوں سے ہی منہ پر ڈھکن آجائے اور رالیں ٹپکنی بند ہو جائیں گی۔

گرتے بالوں اور گنج کا علاج

مجرب نسخہ ارسال کر رہا ہوں' 48 عدد انڈے لے لیں انہیں سخت اُبال لیں' ٹھنڈے ہونے پر ان کے اندر سے پہلی ٹکیہ یعنی زردی نکال لیں تمام زردیوں کو لوہے کی کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھ لیں مناسب آگ پر ان زردیوں کو جلائیں جب جل کر کوئلہ ہو جائیں تو دیکھیں گے ان سے تیل نکل آئے گا اُس تیل کو رات کے وقت جہاں جہاں سے بال گر رہے ہوں وہاں لگائیں اگر سر پر مکمل گنج ہے تو تمام سر پر مالش کریں۔ سر پر کپڑا لپیٹ کر سو جائیں صبح سر دھولیں۔ مہینہ دو مہینہ متواتر لگانے سے جس جگہ سے بال اتر چکے ہونگے دوبارہ اُگ آئیں گے۔ یہ علاج گرمیوں کے موسم میں کریں ایک تو گرمیوں میں انڈے سستے ہوتے ہیں دوسرا انڈے جلنے کی بدبو بہت زیادہ ہوتی ہے اس تیل کو لگا کر محفل میں نہیں بیٹھا جاسکتا۔ گرمیوں میں نہانا آسان ہوگا۔ (دیسی انڈے نہ مل سکیں تو فارمی انڈوں سے کام چلایا جاسکتا ہے) دیکھیں! کتنے کام کی چیز ہے یہ چھوٹا سا انڈا پھر کیوں نہ کہیں واہ رے انڈے واہ۔

برص کا شرطیہ علاج

میرے والد صاحب کے کولیگ عاشق حسین کو اچانک ہونٹوں کے کناروں اور انگلیوں کے پوروں پر سفید سفید دھبے نمودار ہونے شروع ہو گئے جو کہ برص کی علامات تھیں' وہ بہت پریشان ہو گئے' ہر ایک سے علاج پوچھنے لگے کئی ڈاکٹروں اور حکیموں کو بھی دکھلایا لیکن کہیں سے افاقہ نہ ہوا بہت پریشان رہنے لگے کوئی اگر چھوٹا بچہ بھی انہیں مذاقاً یا سیریس کوئی علاج بتاتا تو بھی کرنے کو تیار ہو جاتے' لاہور تک بھی جا کر ڈاکٹروں کو دکھلایا ان کی بتائی ہوئی دوائیاں بھی استعمال کیں لیکن کہیں سے بھی شفایابی کی امید حاصل نہ ہوئی بلکہ دھبے تھوڑے تھوڑے بڑھتے ہی جا رہے تھے۔ ایک دن ان کے آفس میں میٹنگ تھی میٹنگ میں دور نزدیک کے سب کولیگ شامل تھے گاؤں سے آئے ہوئے ایک کولیگ نے عاشق حسین کو دیکھ کر پوچھا یہ کیا آپ کو برص ہو رہی ہے؟ عاشق صاحب روہانسے ہو کر بولے ہاں یار! مجھے یہ موذی مرض چمٹ گیا ہے' وہ بولے آپ کو ایک علاج بتاؤں علاج تو معمولی سا ہے لیکن کڑوا بہت ہے۔ عاشق صاحب امید بھری نگاہوں سے دیکھ کر بولے ضرور یار تمہاری بہت مہربانی ہوگی جیسا بھی کڑوا کسیلا دوا ہو میں کرنے کو تیار ہوں' مجھے اس گندے مرض سے نجات مل جائے تاعمر تمہارا شکر گزار رہوں گا۔ پھر ان صاحب نے عاشق صاحب کو علاج بتایا انہوں نے فوراً ہی ان کے کہنے پر عمل کیا اور اللہ کے فضل وکرم سے شفایاب ہو گئے اب وہ ہر ایک کو یہ نسخہ بتانے کو تیار رہتے ہیں ان کی اہلیہ نے میری خالہ جان کو بتایا میں نے خالہ جان سے سن کر اسی وقت لکھ لیا اب اپنے عبقری کو یہ تحفہ دے رہا ہوں۔

برص کا شرطیہ علاج: جنگلی پودا آک ایک زہریلا پودا ہے۔ دیہاتوں میں اکثر عام مل جاتا ہے آک کے پھول کے اندر اس کا تنکا یعنی بیج لونگ کی شکل کا ہوتا ہے۔ ایک تولہ لے لیں تھوڑا چبا کر کھانا ہے لیکن کڑوا بہت ہے سارا چبایا نہیں جائے گا۔ کچھ دہی کے ساتھ کھالیں کچھ نگل لیں ایک دن میں ختم کر لیں تاریخ لکھ کر رکھ لیں' سال کے بعد اسی دن اسی مہینے اسی وقت اسی طریقہ سے ایک تولہ کھائیں۔ تیسرے سال پھر اسی مہینے اسی دن اسی ٹائم کھائیں پہلے سال داغ رک جائیں گے۔ دوسرے سال مٹ جائیں گے۔ تیسرے سال آئندہ کیلئے نکلنے ختم ہو جائیں گے۔ عاشق صاحب کی بیماری ابھی پہلی سٹیج پر تھی اسی لیے انہیں پہلے ہی سال شفاء ہوگئی لیکن پھر بھی انہوں نے بطور حفظ ماتقدم تین سال پورے کیے اب مطمئن اور خوش وخرم ہیں۔

دو انمول خزانے کا حیرت انگیز کمال

جناب ایڈیٹر صاحب السلام علیکم! میں آپ کو ایک نہایت ہی سچی روداد بیان کر رہا ہوں ہوا یوں کہ مجھے راستے میں ایک دوست ملا اور انہوں نے تحفے میں دو انمول خزانے کا کتابچہ دیا اور خلوص نیت کے ساتھ پڑھنے کی تاکید کی۔

میں نے اس کو نہایت اہتمام سے اللہ سے ہونے کے یقین کے ساتھ پڑھنا شروع کیا اور پچھلے ایک سال سے ہر فرض نماز کے بعد انمول خزانہ نمبر ایک اور روزانہ کثرت سے انمول خزانہ نمبر دو پڑھنا شروع کیا۔ جیسے جیسے پڑھتا گیا میرے دن رات بدلنے لگے۔ ذہن اور دل ایک بے سکونی کی کیفیت سے سکون اور قرار کی طرف بڑھنے لگے۔ رزق میں برکت ہوئی اور میری ایک جگہ پر آفیسر کیڈر میں ملازمت جو کہ عرصہ 13 سال سے رکی ہوئی تھی۔ اس کے بحال ہونے کی کوئی امید نہیں اور میں اس کو بھول چکا تھا۔ لیکن اچانک کچھ ایسے اسباب بن گئے جو ابھی تک مجھے خود سمجھ نہیں آرہے۔ میری وہ ملازمت اللہ تعالیٰ نے بحال کر دی۔ ساتھ ہی مجھے بہت سارے پیسے بھی مل گئے اور مالی پوزیشن بھی کافی بہتر ہو گئی۔ میں سمجھتا ہوں کہ یہ سب کرشمہ اللہ کے فضل سے صرف اور صرف دو انمول خزانے پڑھنے سے ہوئے لیکن اس کے پڑھنے کیلئے خلوص وخشوع اور رزق حلال کا حصول بہت ضروری ہے۔ **(فاروق خان' اٹک)**

گھیگوار کا حلوہ کھائیں‘ قد بڑھائیں

محمد عرفان‘ لاہور

گھر کے کام کاج‘ موسمی اثرات اور بہت دیر تک پانی میں بھیگے رہنے کے باعث خواتین کے ہاتھ عموماً سخت کھردرے اور بے رونق ہوجاتے ہیں۔ ایسی خواتین اکثر ہاتھوں کو دلکش بنانے کا طریقہ پوچھتی رہتی ہیں۔ آئیں! ہم آپ کو بتاتے ہیں

ویسے تو قدرت نے گھیگوار کو شفاء سے مالا مال کیا ہے لیکن آج ہم اسے صرف قد میں اضافے کیلئے استعمال کریں گے جیسا کہ سب جانتے ہیں کہ لمبا قد‘ خوبصورت جسامت کا ضامن ہوتا ہے۔ لڑکیاں ہوں یا لڑکے اگر قد چھوٹا ہو تو خود کو غیر مطمئن محسوس کرتے ہیں اور پھر قد میں اضافے کیلئے اونچے جوتے یا بڑی ہیل کا بکثرت استعمال کیا جاتا ہے‘ جو سراسر نقصان دہ ہے۔

آیئے! گھیگوار کے استعمال سے قد میں اضافہ کرتے ہیں۔ گھیکوار بہت عام سا پودا ہے جو ہر جگہ دستیاب ہے اس کا مزے دار سا حلوہ تیار کریں اور قد میں اضافہ کریں۔ حلوے کی ترکیب کچھ یوں ہے:۔

اشیاء:۔ اسگند ناگوری دس گرام‘ چھوٹی الائچی پانچ گرام‘ نبہ ہلدی دس گرام‘ تال مکھانا پانچ گرام‘ تج دس گرام‘ ثعلب مصری دس گرام‘ لیموں چند قطرے فونجان پانچ گرام‘ دارچینی دس گرام‘ سونٹھ دس گرام‘ ستاور دس گرام‘ شقاقل مصری دس گرام‘ لونگ پانچ گرام‘ قسط شیریں پانچ گرام‘ مالکنگنی دس گرام‘ مجیٹھ دس گرام‘ مغز بادام شیریں دس گرام‘ مغز ناریل چالیس گرام‘ موصلی دس گرام‘ گھی چارسو گرام‘ سفید شکر چھ سو گرام‘ کھویا آٹھ سو گرام‘ کھجور ایک کلو‘ میدہ دو سو گرام‘ کیوڑ 150 ملی لیٹر اور گھیگوار ایک کلو۔

ترکیب:۔ گندم کے میدے اور کھوئے کو الگ الگ گھی میں بھونیں۔ کھجور (گٹھلی نکلی ہوئی) اور گھیگوار کے گودے کو پکائیں۔ اس کے بعد کھجور کو پیس لیں‘ پھر بقیہ گھی میں ڈال کر بھونیں۔ اس کے بعد شکر اور لیموں کا رس ملا کر پکائیں۔ یہاں تک کہ قوام بن جائے۔ اس کے بعد اس میں کھویا اور میدہ ملا دیں اور دوبارہ بھونیں۔ پھر تمام دوائیں اور مغزیات جن کا سفوف بنایا ہوا ہو قوام میں شامل کرکے اچھی طرح ملائیں۔ اب چولہے سے اتار لیں۔ حلوہ تیار ہے۔ حلوہ شیشے کے مرتبان میں محفوظ کرلیں۔

خوراک: گھیگوار کا حلوہ 12 سے 25 گرام تک صبح یا شام دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ قد بڑھنے تک قابض اشیاء کھٹائی‘ تمباکو‘ سگریٹ اور ہر قسم کے نشے سے پرہیز کریں۔

اس کے علاوہ یہ حلوہ جوڑوں کے درد‘ کمر درد‘ کھانسی‘ دمے اور ہر قسم کی دماغی کمزوری کیلئے بھی بے حد مفید ہے۔

ہاتھوں کی دلکشی اور گھیگوار

گھر کے کام کاج‘ موسمی اثرات اور بہت دیر تک پانی میں بھیگے رہنے کے باعث خواتین کے ہاتھ عموماً سخت کھردرے اور بے رونق ہوجاتے ہیں۔ ایسی خواتین اکثر ہاتھوں کو دلکش بنانے کا طریقہ پوچھتی رہتی ہیں۔ آئیں! ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ ہاتھوں کی دلکشی کو واپس حاصل کرنے کیلئے آپ گھیکوار کو کس طرح استعمال کرسکتی ہیں۔

ہاتھوں کو نرم و ملائم اور خوبصورت رکھنے کیلئے گندم کا چوکر اور گھیکوار کے عرق کا آمیزہ بہترین رہتا ہے۔ اس کے تیار اور استعمال کرنے کا طریقہ ذیل میں بیان کیا جارہا ہے۔

آدھا کپ گندم کا چوکر لیں اور اس میں ایک کھانے کا چمچ گھیکوار کا عرق شامل کرکے بلینڈر میں ڈال کر بلینڈ کرلیں۔

اس کے بعد تیار شدہ آمیزے کو تین منٹ تک ہاتھوں پر مساج کریں اور پھر ہاتھوں کو نیم گرم پانی سے اچھی طرح دھو کر خشک کرلیں اور کوئی اچھی سی کولڈ کریم یا لوشن لگالیں۔ یہ عمل رات کو سونے سے قبل کریں تو اچھا رہے گا کیونکہ اس کے بعد آپ کو کئی گھنٹوں تک پانی میں ہاتھ ڈالنے کی زحمت نہیں اٹھانا پڑے گی۔

اگر آپ بھی بدرونق ہاتھوں کی وجہ سے پریشان ہیں تو یہ نسخہ استعمال کریں۔ چند روز کے استعمال سے ہی ہاتھ نرم و ملائم اور خوبصورت ہوجائیں گے۔

پھلبہری کیلئے

ھوالشافی: گندھک آملہ سار‘ مولی کے بیج‘ بابچی ہم وزن لیں۔ تینوں چیزوں کو کوٹ کر باریک چھان لیں۔

مٹی کا برتن لیں اس میں آدھا کلو دہی ڈال کر پھر تینوں چیزوں کا سفوف اور گنے کے سرکے کے چند قطرے ڈال کر اچھی طرح ہلا کر دو تین دنوں کیلئے بند کرکے رکھ دیں اور بعد میں کھرل کرکے متاثرہ حصے پر لگا کر دھوپ میں کھڑے ہوں اور پانچ منٹ بعد نہالیں۔

شوگر کا مایہ ناز نسخہ

ہفتہ کے بعد مریض کی جان میں جان آگئی اور اپنا کام لوہا کوٹنے والا کرنے لگا۔ وہی غذا جو کہ بے فائدہ ہوتی ہے اب جزو بدن بننے لگی

شوگر: اکثر ڈاکٹرز اور اطباء سے سنا ہے کہ میرے پاس شوگر کا مایہ ناز نسخہ ہے نتائج کے لحاظ سے جتنے فوائد اس نسخہ (جو کہ میرے استاد محترم کا مجوزہ ہے اللہ تعالیٰ ان پر اپنی رحمت کرے اور ہمارے سر پر حکیم محمد طارق محمود چغتائی کا سایہ قائم رکھے) میں پائے جاتے ہیں کسی اور نسخہ میں کم ہونگے۔ **ھوالشافی:** کلونجی، تخم سرس، گوند کیکر، تمہ خشک، ہموزن لیکر سفوف بنائیں اور فل سائز کیپسول ہمراہ پانی بعض اوقات بھیانک حد تک شوگر آؤٹ آف کنٹرول ہوجائے۔ ان تمام حالات کیلئے بہت ہی مفید ہے۔ اس کے استعمال سے لبلبہ بھی دوبارہ کام کرنے لگتا ہے یہ نسخہ ایک اکسیری اور لاجواب تحفہ ہے۔

ہاضمے کی ایک خاص دوا: عاجز کے پاس ایک مریض آیا جو کہ لوہار کا کام کرتا تھا کہنے لگا کہ سادہ غذا اور تھوڑی مقدار میں کھانے سے پیٹ پتھر کی طرح ہوجاتا ہے۔ ہوا بھی پیٹ سے خارج نہیں ہوتی اور پاخانہ کی مقدار کبھی کم کبھی زیادہ کبھی پتلا، کبھی قبض، کبھی پیچش کا شکار عرصہ 5 سال سے رہتا ہوں کمزوری کی وجہ سے کام چھوڑ کر گھر بیٹھا ہوں اور روٹی کھانے کے بعد سوڈا کی بوتل اور کافی ادویات ایک ٹائم کے کھانے کے بعد استعمال کرتا ہوں۔ تب پیٹ ہلکا ہوتا ہے۔ اب تو دوائیوں کی تنگی کی بجائے زندگی سے تنگ آگیا ہوں۔ میں نے تسلی دی۔ میں نے پیٹ کے کیڑے تجویز کیے تھے۔ پہلے کیڑے مار دوائی دی تین دن کے بعد کیڑے مر گئے اور بعد میں نے مذکورہ دوا استعمال کرنے کو دی۔ ہفتہ کے بعد مریض کی جان میں جان آگئی اور اپنا کام لوہا کوٹنے والا کرنے لگا۔ وہی غذا جو کہ بے فائدہ ہوتی ہے اب جزو بدن بننے لگی۔ جوان آدمی تھا جلدی ٹھیک ہوگیا اس کے اور بھی کافی فوائد ہیں بھوک کی کمی کیلئے کھانا سے آدھ گھنٹہ قبل اور بھوک اور بڑھانی ہو تو سبز ادرک کے ایک چمچ پانی میں ملا کر خوراک لی جائے تو بھوک خوب لگے۔ کھانے کے بعد آدھ چمچ دوا ہمراہ پانی لیں تو کھانا خوب ہضم ہو اور پیٹ بھی نہ بڑھے۔ **(صفحہ 276)**

بحوالہ ”مجھے شفاء کیسے ملی“ لاعلاج روحانی اور جسمانی بیماریوں میں مبتلا اس کتاب کا مطالعہ کریں۔ (جو عمل یا ٹوٹکہ آزمائیں ضرور لکھیں‘ لاکھوں کا نفع آپ کا صدقہ جاریہ)

نجانے وہ کوا اور کتا آخر کیا تھے

قاری کلیم اللہ اٹھارہ ہزاری

یہاں تک کہ مغرب کی نماز کا وقت ہوگیا میں نے کپڑا بچھا کر نماز پڑھی وہ ساتھ کھڑا رہا نماز سے فارغ ہوکر پھر میں نے سفر شروع کردیا یہاں تک کہ جب میں متعلقہ بستی میں داخل ہوا میں نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو وہ کتا غائب تھا......

میرے والد محترم کی زندگی کا بیشتر حصہ سفر میں گزرا ہے۔ دوران سفر ان کے ساتھ چند ایک ناقابل فراموش واقعات پیش آئے جو قارئین عبقری کی خدمت میں پیش کیے جاتے ہیں' انہی کی زبانی سنیے:۔

ایک مرتبہ میں نے دریا کے پار کچھ ضروری کام کیلئے جانا تھا میں دریا کے کنارے پہنچ کر کشتی کے انتظار میں بیٹھ گیا۔ میرے جاننے والے آدمی آئے انہوں نے کہا کہ کشتی دوسرے کنارے پر ہے آپ بیٹھیں ہم کشتی لے کر آتے ہیں۔ وہ آدمی کشتی لینے چلے گئے' میں وہیں کنارے پر بیٹھ کر جیب سے بادام کی گریاں نکال کر کھانے لگا کہ ناگہا ایک کوا آیا اور آکر میرے پاس بیٹھ گیا حالانکہ میرے ہاتھ میں لاٹھی بھی تھی لیکن اسے بالکل خوف نہ آیا۔ میں نے بادام کی گریاں ہاتھ پر رکھیں تو وہ بے خوف وخطر ان کو کھانے لگ گیا۔

اتنی دیر میں وہ آدمی کشتی لے کر آگئے۔ ان کے ساتھ اس کنارے اس کنارے کی طرف آنے والے اور بھی کئی آدمی تھے۔ جب انہوں نے کوے کو اس طرح میرے پاس بیٹھا ہوا دیکھا تو وہ بہت زیادہ حیران ہوئے۔ کشتی کنارے کے ساتھ لگ گئی اور میں کشتی میں سوار ہوگیا۔ تھوڑی دیر بعد وہ کوا ابھری کشتی میں میرے پاس آکر بیٹھ گیا۔ اس وقت کشتی کی سواریوں نے تعجب کا اظہار کرتے ہوئے کہا کہ آج یہ کوا قاری صاحب کی جان نہیں چھوڑتا۔ بس جیسے ہی کوے نے یہ الفاظ سنے وہ مغرب کی جانب اڑ گیا اور دیکھتے ہی دیکھتے نظروں سے اوجھل ہوگیا۔ خدا جانے وہ کوا تھا یا کوئی اور چیز تھی۔

ایک مرتبہ میں پیدل سفر کررہا تھا کہ ایک عجیب قسم کا پرندہ میرے سامنے آکر گرتا پھر اُڑ جاتا' پھر گرتا پھر اُڑ جاتا' میرے دل میں خیال آیا کہ کہیں اس پگڈنڈی پر اس کے بچے یا انڈے وغیرہ نہ ہوں اس خیال سے میں نے راستہ تبدیل کرلیا لیکن دوسرے راستے پر پھر وہی حالت۔ جب میں تھوڑا آگے گیا تو میں نے دیکھا کہ ایک بہت بڑا خونخوار کتا کھیتوں میں منہ چھپائے کھڑا تھا مجھے جب اس نے خونخوار نظروں سے دیکھا تو میں نے زمین سے ڈھیلے اٹھالیے اور اسے مخاطب کرکے کہا کہ تو مجھے کچھ نہ کہہ میں تجھے کچھ نہ کہوں گا وہ راستے سے ہٹ گیا اور میرے پیچھے پیچھے چلنا شروع کردیا جب کافی دیر تک میرے پیچھے چلتا رہا تو میں نے وہ ڈھیلے پھینک دیئے۔

یہاں تک کہ مغرب کی نماز کا وقت ہوگیا میں نے کپڑا بچھا کر نماز پڑھی وہ ساتھ کھڑا رہا نماز سے فارغ ہوکر پھر میں نے سفر شروع کردیا یہاں تک کہ جب میں متعلقہ بستی میں داخل ہوا میں نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو وہ کتا غائب تھا......

دانتوں کی تمام بیماریوں کا علاج

السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ماہنامہ عبقری نہایت ہی اچھا اور سبق آموز واقعات کے ساتھ ساتھ روحانیت و حکمت کے انمول لیے ہوئے ہر ماہ شائع کرنے پر مبارکباد قبول فرمائیں ناچیز نے اس سے بہت کچھ پایا دانت درد ماخورہ' پانی یا ٹھنڈا لگنا' دانتوں کی صفائی کیلئے روانہ کررہا ہوں۔ بہت عجیب اور آزمودہ نسخہ ہے۔ مشاہدہ تجربہ کا محتاج ہے دانت کے ڈاکٹر کو دیا اس نے مریض پر آزمایا مریض نے پھر طلب کیا۔ نسخہ حاضر ہے:۔

سرخ پھٹکڑی ایک چھٹانک' نیم کے پتے ایک چھٹانک' جامن کی گٹھلی ایک چھٹانک' نیم کے سَک ایک چھٹانک' لونگ آدھا چھٹانک۔ خشک کرکے باریک پیس کر کپڑ چھان کرلیں صبح وشام تین دن استعمال کرنے سے جملہ دانتوں کی بیماریاں انشاءاللہ ختم ہوں گی۔ **(رحمت علی' کراچی)**

کشتہ فولاد

پہلے برادہ فولاد کو ترپھلے کے پانی میں گرم کرکے 7 بار بجھاوے دیں پھر کسی مٹکے میں ڈال دیں اور لیموں کا رس ڈالیں' پھر تربوز کا' پھر جامن' پھر نارنگی' پھر انگور کا اور ساتھ ساتھ ہلاتے جائیں۔ ایک سال میں تیار ہوگی۔ رتی خوراک جگر کیلئے' کمی خون کیلئے اکسیر ہے۔ (ایک چیز کا پانی خشک ہوجائے تو دوسری چیز کا پانی ڈالیں۔)

(محمد یونس قادری ٹنڈو آدم' سندھ)

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 11 ستمبر بروز اتوار کو ہوگا)

یہ کتاب لاکھوں لوگوں کی ہدایت کا ذریعہ بنی۔ دو انگریز تھے جنہوں نے اس کا انگلش کا ترجمہ پڑھا۔ وہ ترجمہ پڑھ کے مسلمان ہوگئے۔ یہ 1929ء کے بعد کی بات ہے۔ پھر وہ ہندوستان آئے۔ اب ایمان کی تکمیل' اعمال کی تکمیل کیلئے کسی رہبر کی ضرورت تھی۔ ایک کا نام رکھا گیا شہید اللہ اور دوسرے کا نام فرید اللہ۔ ایک درویش تھے سید محمد ذوقی شاہ صاحب رحمۃ اللہ علیہ بہت اللہ والے تھے ان کے ہاتھوں بیعت ہوئے۔

ایک جو شیخ شہید اللہ رحمۃ اللہ علیہ تھے وہ برصغیر کی گرمی برداشت نہ کرسکے وہ تو وصال فرماگئے اور جو شیخ فرید اللہ رحمۃ اللہ علیہ تھے تخی حسن قبرستان کراچی میں ان کی تربت ہے وہ صرف کشف المحجوب پڑھ کر مسلمان ہوئے تھے۔ ولایت توحید یہ ہی باقی رہ سکتی ہے ولایت کرامات توحید ہے اور حفاظت توحید ہے اور جو توحید ہے وہ یہ ہے کہ جو میرے اللہ جل شانہٗ کے حقوق ہیں اور جو اللہ کا مقام ہے اس کو کم نہیں کرنا اور جو سرور کونین ﷺ کا مقام ہے اس کو بڑھا کر رب نہیں بنانا۔ رسالت یہ ہے کہ اللہ پاک نے حضور ﷺ کو جو مقام دیا ہے اسے کم نہیں کرنا اور نبی ﷺ کو اپنے جیسا نہیں بنالینا۔

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں اے طالب حق! آمیں تجھے ایک پیغام بتاتا ہوں ساری کائنات کے بھید کا مقام یعنی یہ جتنی کہکشائیں ہیں' جتنے اجرام فلکی ہیں' جتنے آسمان ہیں' جتنے سیارے ہیں' جتنے ارضی اور آسمان کے جتنے نظام ہیں اور مخلوقات کی جتنی طبیعت ہیں ان سب میں اسرار الٰہی کا حجاب ہے ان سب میں تو رب کی تلاش کرسکتا ہے ان حجابات کو کھول اور پردے ہٹا ان سب میں تجھے رب ہی رب نظر آئے گا۔ فرمانے لگے جس نے رب کو پانا ہے وہ صرف آسمان کو دیکھ کر رب کو پاسکتا ہے۔

اگلی بات جو اہم ہے وہ یہ کہ اگر تو ان چیزوں کے اندر جائے گا تو رب کو تلاش کرے گا اور اگر ان کو اپنے اندر ڈال دے گا تو شرک میں مبتلا ہوجائے گا۔ نوٹ جیب میں ہے تو ''ضرورت ہے'' ہے نوٹ دل میں ہے تو دنیا آگئی۔

سائیکل چلائیں، صحت پائیں

جدید امریکی تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آچکی ہے کہ صحت مند دل کیلئے سخت ورزش ضروری نہیں ہے تیز چہل قدمی اور سائیکلنگ بھی دل کو صحت مند رکھتی ہے، وزن کم ہو جاتا ہے اور امراض کوسوں دور رہتے ہیں۔

یہ حقیقت ہے کہ آج کل ''پش بٹن کلچر'' کی وجہ سے جسمانی کام اور ورزش زوال پذیر ہو چکے ہیں۔ اس وقت مٹھی بھر لوگ ہی چل پھر کر کام کرتے ہیں۔ بڑے شہروں میں دیکھا جاتا ہے کہ لوگ لمبی قطاروں میں گھنٹوں پبلک ٹرانسپورٹ کیلئے انتظار کرتے رہتے تھے کیونکہ آج کل جھوٹی شان کی وجہ سے پیدل چلنا وقار کے منافی خیال کیا جاتا ہے۔

ایک زمانے میں انسان سائیکل چلا کر بہترین انداز میں اپنا وقت کاٹتا تھا لیکن اب یہ عادت فنا ہو چکی ہے اور اس کی جگہ مشینی سائیکل نے لے لی ہے جو گھر کے ایک کونے میں کھڑی رہتی ہے۔ ہمارے دوست چینی باشندوں نے سائیکل کو مقبول بنانے میں اہم کردار ادا کیا ہے۔ مغرب میں بھی اب لوگ سائیکل پسند کرنے لگے ہیں لیکن یہ حقیقت ہے کہ دنیا میں مجموعی طور پر گاڑیوں کی تعداد میں اضافہ ہو رہا ہے جس کی وجہ سے انسان سست ہو رہے ہیں اور ماحول مزید آلودہ ہو رہا ہے۔ ورزش نہ کرنے کی وجہ سے دل کے امراض میں بے پناہ اضافہ ہو رہا ہے۔ ان گاڑیوں نے حادثات کے علاوہ دل کے امراض کے ذریعے انسانوں کو نقصان پہنچایا ہے۔

یہ بھی سچ ہے کہ آج فیکٹری میں مزدور بھی جسمانی طور پر کام کرتے ہیں لیکن اس صدی کے آغاز میں فیکٹری کا مزدور زیادہ کام کرتا تھا۔ آج کے مزدور کی جسمانی محنت بہت کم ہو چکی ہے۔ آج کل انسان کا زیادہ فارغ وقت ایسی سرگرمیوں میں صرف ہوتا ہے جن سے وقت گزرتا ہے مگر توانائی خرچ نہیں ہوتی ہے۔ کھیلوں میں دلچسپی بھی کم ہو چکی ہے۔ ریڈیو، ٹی وی اور سی ڈیز کے حملے نے پہلے تباہی مچا رکھی تھی اور ساتھ سنوکر اور کمپیوٹر گیمز کی وباء نے تمام کام کر دیا ہے اس وقت ہم کھلاڑی کے بجائے تماشائی بن گئے ہیں اور گھنٹوں ٹی وی پر سپورٹس پروگرام دیکھتے رہتے ہیں اس دوران ہم مختصر چہل قدمی کیلئے بھی آمادہ نہیں ہوتے ہیں۔

یہ دیکھا گیا ہے کہ جو لوگ نوجوانی میں ایتھلیٹ یا کھلاڑی ہوتے ہیں وہ شادی یا پیشہ ورانہ زندگی میں داخل ہونے کے بعد اپنی سرگرمیاں چھوڑ دیتے ہیں۔ اس قسم کے لوگ سب سے زیادہ نقصان اٹھاتے ہیں۔ وہ موٹاپے اور اس سے متعلق امراض کا شکار ہو جاتے ہیں۔ ہمارے ہاں جن علاقوں میں موسم عموماً خوشگوار رہتا ہے وہاں کے لوگ بھی کسی قسم کے کھیل میں حصہ نہیں لیتے ہیں۔

اس سست اور غیر متحرک زندگی کا نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ وزن بڑھ جاتا ہے، صحت خراب رہنے لگتی ہے اور سگریٹ و شراب نوشی کی طرف رجحان ہو جاتا ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ جو لوگ غیر متحرک زندگی گزارتے ہیں وہ ہمہ اقسام کے امراض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ روزانہ جسمانی ورزش کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ دل باقاعدگی سے اپنا کام کرتا ہے اور تندرست رہتا ہے جب باقاعدگی سے ورزش کرنے والا شخص ذہنی دباؤ کا شکار ہوتا ہے تو اس کے دل پر کم دباؤ پڑتا ہے اور وہ زیادہ متاثر نہیں ہوتا ہے جبکہ ورزش نہ کرنے والوں کے ساتھ صورتحال برعکس ہوتی ہے۔

جدید امریکی تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آچکی ہے کہ صحت مند دل کیلئے سخت ورزش ضروری نہیں ہے تیز چہل قدمی اور سائیکلنگ بھی دل کو صحت مند رکھتی ہیں، وزن کم ہو جاتا ہے اور امراض کوسوں دور رہتے ہیں۔ اسی لیے مغرب کے ماہرین کا خیال ہے کہ ہر عمر کے انسان کو اپنی سرگرمیوں میں چہل قدمی اور سائیکلنگ ضرور شامل رکھنی چاہیے۔

ورزش کے بہت سے فوائد ہیں مثلاً ☆ جو لوگ باقاعدگی سے ورزش کرتے ہیں شدید سے شدید کام کے دوران ان کے دل کی دھڑکن آہستہ رہتی ہے اور خون کا دباؤ بھی نیچے رہتا ہے۔ ☆ چکنائی کم رہتی ہے ☆ وہ زیادہ خوش باش اور صحت مند رہتے ہیں۔

جو نوجوان روزانہ 30 تا 40 منٹ کی تیز چہل قدمی کر لیتا ہے اور ورزش سے پہلے اور بعد پانچ منٹ رکتا ہے اس کی اچھی صحت برقرار رہتی ہے۔ وہ اپنے آپ کو تازہ دم اور کارآمد محسوس کرتا ہے اور بیسیوں امراض کو پرے بھگا دیتا ہے۔ حتیٰ کہ ہفتے میں تین یا پانچ دنوں کی ورزش بھی مفید ثابت ہوتی ہے۔ ورزش کی شدت اتنی زیادہ ضرور ہونی چاہیے کہ سانس چڑھ جائے اور معمولی سا پسینہ بھی نکل آئے۔ وہ لوگ جو ورزش کے عادی نہیں ہیں دو چار سے چھ ہفتوں میں بتدریج ورزش کے عادی ہو سکتے ہیں۔ ورزش خالی پیٹ کرنی چاہیے اور اگر صبح کی جائے تو اچھا ہے۔ کھانے کے بعد چہل قدمی نہیں کرنی چاہیے کیونکہ وہ نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہے۔ اس لیے رات کے کھانے کے بعد ایک میل کی چہل قدمی والا نظریہ درست نہیں ہے۔

چہل قدمی اور پیرا کی بہترین ورزشیں ہیں کیونکہ ان میں جسم کے بڑے عضلات کام کرتے ہیں۔ سخت ورزش مثلاً ویٹ لفٹنگ، پریس اپ وغیرہ مفید نہیں ہیں اور دل کے مریضوں کو نقصان پہنچا سکتی ہیں۔ کمزور لوگوں کو بھی اس قسم کی سخت ورزش نہیں کرنی چاہیے۔

لوگوں کی اکثریت میڈیکل چیک اپ کے بغیر آہستہ آہستہ نرم مزاجی سے ورزش شروع کر سکتی ہے لیکن وہ لوگ جو دل کے مریض ہیں یا وہ اپنی صحت کے متعلق شکوک میں گرفتار ہیں وہ ورزش شروع کرنے سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ ضرور کریں اسی طرح اگر کوئی ورزش کرنے کے بعد درد محسوس کرے تو اسے بھی ڈاکٹر سے رجوع کر لینا چاہیے۔

جو لوگ بائی پاس سرجری کرواتے ہیں انہیں کم از کم ایک گھنٹہ چہل قدمی ضرور کرنی چاہیے۔ لیکن میری عرض ہے کہ آخر ایسا موقع آنے ہی کیوں دیا جائے؟ آپ آج سے ہی چلنا شروع کر دیں اور اتنی تیزی کے ساتھ کہ دوسروں کو یہ ہی لگے کہ کوئی آپ کا پیچھا کر رہا ہے۔ چند ہفتوں کے بعد آپ خوشگوار تبدیلی محسوس کرنے لگیں گے۔

نسخہ برائے خونی بواسیر

یہ نسخہ بہت سے مریضوں کو دیا ہمیشہ تیر بہدف پایا۔ آپ بھی کریں ان شاء اللہ سو فیصد کامیاب پائیں گے۔

نسخہ: ھوالشافی! پرانی بوڑھی بھینس کا پتہ 1 عدد، چاکسو 1 تولہ، نیلا تھوتھا 6 ماشہ، چاول 1 تولہ۔

ترکیب: پتے کے پانی میں سب چیزیں ڈال کر سایہ میں رکھ دیں۔ جب صحیح طرح خشک ہو جائے تو باریک پیس لیں۔ **ترکیب استعمال:** 2 چاول برابر سفوف کو مکھن کی گولی سی بنا کر اس میں ملا لیں اور نہار منہ ہمراہ پانی مریض کو دیں۔ (صرف تین دن) **خوراک:** مکھن، گھی، بالائی، روٹی کی چوری، حلوہ، کھیر خوب گھی ڈال کر کھائیں۔ **پرہیز:** نمک، مرچ، مصالحہ جات، کھٹائی، تین دن تک آٹے کی روٹی میں بھی نمک نہ ہو تو بہتر ہے۔ اس کے بعد جو جی چاہے کھائیں۔ **(ملک محمد یعقوب، راولپنڈی کینٹ)**

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر ____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

مجھے تو یاد نہ رہا کچھ عرصے اس کی بوڑھی ماں میرے پاس آئی کہنے لگی میرا فلاں بیٹا آپ کے پاس آیا تھا آپ نے یہ عمل بتایا تھا کیونکہ میں نے یہ عمل چند لوگوں کو بتایا اور اب دل میں آیا کہ اس عمل کو عبقری کے لاکھوں قارئین تک پہنچاؤں مجھے وہ جوان اور اس کا غمگین چہرہ‘ اُس کی غربت اور تنگدستی یاد آئی تو فوراً یاد آیا اور میں نے کہا ہاں مجھے یاد ہے۔ کہنے لگی کہ بیٹا باعزت روزگار میں ہے۔ بیرون ملک چلا گیا ہے‘ اور اس کے ساتھ والے جو چار چار سال پہلے گئے تھے وہ پریشان ہیں‘ اور یہ برسر روزگار ہے‘ اس نے وہاں سے پیغام بھیجا ہے کہ اب میں کیا پڑھوں اور کیا کروں؟ میں نے فوراً کہ جس عمل کی وجہ سے اتنے باوقار ہوئے ہیں اس عمل کو کیوں چھوڑ رہے ہو؟ اور اسے کہو کہ یہ عمل پڑھتا رہے‘ خاتون کہنے لگی کہ بیٹیوں کی شادیوں کا مسئلہ ہے ان کے ہاتھ پیلے کرنے ہیں تو کیا پڑھوں کیا میں یہ عمل کرلوں؟ میں نے ان سے کہا کہ زندگی کا کوئی مسئلہ ہو گھریلو کوئی الجھن ہو‘ مشکلات ناممکن ہوں‘ اس عمل کی آپ کو اجازت ہے اور یہ عمل کرو اس نے وہ عمل کیا اور جب عمل کیا تو عمل کو کرتے ہوئے بہت ہی عرصہ وہ خاتون نہ ملیں اور جب ملی تو رو پڑی‘ اور کہنے لگی کہ میں آنہ سکی کہ اللہ کریم نے مجھے اس عمل کی برکت سے بیٹیوں کی شادیاں بھی کردیں اور گھر بھی بڑا بنادیا‘ رزق بھی وافر ہوگیا‘ صحت کے مسائل بھی حل ہوگئے‘ مشکلات بھی دور ہوگئیں‘ اور میں نے اب تک بے شمار گھرانوں کو ہر مسئلے کیلئے یہ عمل بتایا ہے۔ چونکہ آپ نے اجازت دی ہے۔ اور جس کو بھی بتایا ہے اس کا کام ہوگیا ہے۔ میں نے تو اس عمل کا نام دستگیر رکھ دیا ہے۔ جس کے ہاتھ میں بھی اس عمل کا پرچہ پکڑاتی ہوں اس کا کام سوفیصد ہوجاتا ہے۔ قارئین! یہ اس عمل کی آپ سب کو اجازت ہے کچھ عرصہ مستقل کرتے رہیں‘ اور مسلسل کرتے رہیں جتنا خشوع اور جتنا دھیان سے پڑھیں گے اتنا زیادہ اس کی تاثیر اور طاقت ہوگی اور آپ کیلئے خوشخبری یہ ہے کہ جس کو بھی دینا چاہیں میری طرف سے اس کیلئے بھی خصوصی اجازت ہے۔

میرا تجربہ بار بار ایک بات کی غمازی کرتا ہے کہ جتنا زیادہ قرآن قوم جنات پڑھتی ہے شاید پوری دنیا کے قاری حافظ اور عالم پڑھتے ہوں‘ کیونکہ اس قوم کو قرآن پاک سے بہت زیادہ شرف ہے اور قرآن ان کے انگ انگ اور نس نس کے اندر گھلا ہوا ہے۔ ایک چیز قارئین کی معلومات کیلئے دینا چاہوں گا۔ آپ نے کبھی محسوس شاید نہیں کیا کہ پاکستان بھر میں اور دنیا بھر میں قرآن پاک سب سے زیادہ چھپنے والی کتاب ہے لیکن مزے کی بات یہ ہے کہ قرآن واحد کتاب ہے جو زندگی میں ایک یا دوبار گھر کیلئے لی جاتی ہے۔ کوئی اخبار یا رسالہ تو ہے نہیں کہ روزانہ یا ہفتہ وار یا مہینہ کے بعد لیا جائے اور ویسے بھی قرآن کا ذوق‘ تلاوت اور صبح صبح روزانہ کا پڑھنا ختم ہوچکا ہے لیکن اس کے باوجود قرآن پاک مسلسل چھپ رہا ہے‘ ہزاروں نہیں لاکھوں کی تعداد میں چھپتا ہے آخر وہ کہاں جاتا ہے؟

تو آج آپ پر یہ راز عرض کرتا ہوں کہ وہ قرآن قوم جنات پڑھتی ہے‘ جنات کے جہیز میں سب سے زیادہ قرآن پاک دیئے جاتے ہیں اور جنات کی بچیاں اور بچے قرآن پاک بہت پڑھتے ہیں۔ رمضان المبارک میں تو اس کا خاص اہتمام ہوتا ہے ایک رات میں پورا ختم کرنے والے‘ تین راتوں میں ختم کرنے والے‘ پانچ راتوں کو ختم کرنے والے‘ دس راتوں میں ختم کرنے والے تو عام سی بات ہے۔

اب جنات کا تقاضا یہ ہوتا کہ میں ان کے ختم قرآن میں شامل ہوں۔ ظاہر ہے میں سب میں شامل نہیں ہوسکتا لیکن کچھ ختم قرآن ایسے ہیں جن میں مجھے شامل ہونا پڑتا ہے۔ حاجی صاحب کا بیٹا عبدالسلام قرآن پاک ختم کرتا ہے‘ ان کے بھتیجے ختم کرتے ہیں‘ میرے ساتھ صحابی بابا کی خاص محبت ہے‘ بعض اوقات ان کی طرف سے تقاضا ہوتا ہے کہ میں ختم قرآن میں شامل ہوں اور قرآن پاک کے ترجمہ وتفسیر کے کچھ نکات بیان کروں‘ اس کیلئے مجھے سفر کرنا پڑتا ہے بلکہ بعض رمضان تو ایسے ہیں کہ کوئی رات ایسی نہیں گزری کہ جس میں مجھے ختم قرآن کے سلسلے میں قوم جنات کے پاس نہ جانا پڑا ہو اور مجھے اس کیلئے بار بار جانا پڑتا ہے اور بار بار ان کے تقاضے کو پورا کرنا پڑتا ہے۔ صفوں کی شکل میں قرآن پاک سناتے ہیں بلکہ صفوں کی صفیں ان کی قرآن پاک سن رہی ہوتی ہیں‘ جتنا لمبا ان کا قیام ہوتا ہے شاید ہم اتنا لمبا قیام نہ کرپائیں‘ ہمارے جسم کی طاقت ہمارا ساتھ نہ دے سکے اور ان سے جتنا لمبا رکوع ہوتا ہے ہم انسان سوچ بھی نہ سکیں اور جس لگن کیساتھ اور جس قرأت کے ساتھ وہ قرآن پڑھتے ہیں‘ محسوس ایسے ہوتا ہے کہ قرآن بول رہا ہے تقریباً پانچ رمضان پہلے میں نے صحابی بابا سے تقاضا کیا آپ نے خود حضور اقدس ﷺ سے قرآن سنا ہے تو وہ قرآن مجھے سنائیں جو آپ نے سنا ہے تو فرمانے لگے بوڑھا ہوگیا ہوں‘ قرآن تو یاد ہے لیکن لمبی رکعات اور لمبے رکوع‘ قیام وسجود کی اب زیادہ ہمت نہیں‘ تو میں نے ان سے عرض کیا کہ آپ مختصر رکعات اور مختصر قیام میں مجھے سنائیں۔ خیر انہوں نے میری بات نہ ٹالی اور نہایت شفقت فرمائی۔ انہوں نے قرآن پاک سنایا۔ دس دن میں پورا ختم القرآن ہوا‘ ایسی طرز اور ایسا پڑھنے کا انداز کہ لفظ لفظ سینے میں اتر گیا۔ حرف حرف سے قرآن کی حقیقی خوشبو محسوس ہوئی اور طبیعت ایسی سرشار ہوئی کہ عقل حیران ہوگئی کہ حضور ﷺ کے دور میں کیا واقعی ایسا قرآن پڑھا جاتا تھا۔ حضور ﷺ کے دور کا قرآن کتابوں میں پڑھا‘ علماء سے سنا‘ تفسیر نے اس کی لذت اور چاشنی کو بیان کیا۔ لیکن جب میرے کانوں نے خود سنا تو میری عقل دنگ رہ گئی اور مجھے محسوس ہوا کہ واقعی حضور ﷺ کے دور میں ایسا قرآن پڑھا جاتا تھا۔ دسویں دن حاجی صاحب کی تقریباً پون گھنٹہ رقت آمیز دعا‘ جنات کے لشکر کے لشکر تھے‘ آہوں اور سسکیوں کا ایک سمندر تھا‘ پون گھنٹے کے بعد حاجی صاحب کی دعا ختم ہوئی‘ حاجی صاحب نے تقاضا کیا کہ میں دعا کرواؤں‘ تقریباً بیس منٹ میں نے دعا کروائی اور وہ دعا کیا تھی خود مجھے محسوس نہیں ہوا کہ کیا الفاظ تھے‘ کیا کیفیات تھیں اور کیا آنسو بہا چکا تھا۔ اس مجمع کی جو کہ جنات کا لشکر کا لشکر آہوں کے ساتھ آمین کہہ رہا تھا‘ مرد بھی‘ عورتیں بھی‘ بوڑھے بھی‘ بچے بھی...... **(جاری ہے)**

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ‘ خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے‘ بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

نایاب جانور' نایاب معلومات

مناحل' کراچی

گرمیوں میں لاکھوں کروڑوں مچھر اور خونخوار مکھاں کیریبو کے گلوں پر ٹوٹ پڑتی ہیں ان سے بچنے کے لیے وہ مسلسل دوڑتے رہتے ہیں یا ساحل کا رخ کرتے ہیں جہاں کی تیز ہوائیں ضعیف پرواز مچھروں کو زمین کی طرف دبکنے پر مجبور کر دیتی ہیں

شمالی امریکہ کا جنگلی رینڈ یئر عام طور پر کیریبو کہلاتا ہے ایک خیال یہ ہے کہ اس کا نام فرانسیسی لفظ کیری بیوف سے ماخوذ ہے جس کے معنی ہیں مربع بیل۔ اس رینڈ یئر کے نر اور مادہ دونوں شاندار سینگ رکھتے ہیں بڑے بڑے سینگوں کی شاخیں بے قاعدہ نکلتی ہیں مادہ کے سینگ نسبتاً چھوٹے اور پتلے رہتے ہیں کیریبو کا جسم بھاری ٹانگیں بے طاقتور اور کھر بڑے چوڑے اور پھیلے ہوتے ہیں کیریبو کی دو اقسام ہیں وڈلینڈ کیریبو الاسکا اور لیبر یڈار سے لے کر شمالی مائن کے جنگلاتی علاقوں میں پایا جاتا ہے لیکن اس کے مسلسل شکار سے اس کی نسل کم ہوگئی ہے ریاستہائے متحدہ امریکہ میں یہ صرف لیک سپیریئر ڈسٹرکٹ کے ایک نیشنل پارک میں ملتا ہے کیریبو کی یہ قسم پتوں گھاس اور آبی پودوں پر گزر بسر کرتی ہے کائی کی شاخیں اس کا من بھاتا کھانا ہیں بنجر علاقوں میں پایا جانے والا کیریبو نسبتاً چھوٹا اور زرد ہوتا اور یہ جنگلات کی حد سے آگے ویران علاقوں میں رہتا ہے ان رینڈ یروں کے بڑے بڑے گلّے جو کبھی شمالی امریکہ کے مشرق سے مغرب تک پورے علاقے پر چھائے ہوئے تھے اگرچہ ان کی تعداد اور وسعت کم ہوگئی ہے تاہم آج بھی ان کی تعداد لاکھوں تک پہنچتی ہے

کیریبو خوراک کی تلاش میں موسم بہار اور خزاں میں وسیع پیمانے پر ہجرت کرتے ہیں شمالی الاسکا اور وادی یوکان کے چار لاکھ سے زیادہ کیریبو جو سردیاں کوہستان بروکس کے جنوب میں گزارتے ہیں گرمیوں کی آمد پر بحر منجمد شمالی کے ساحل کا رخ کرتے ہیں وہاں وہ گل بوٹوں اور پودوں سے معمور ٹنڈرا کے خطے میں بچے جنتے ہیں اور کھا پی کر موٹے ہوتے ہیں تاکہ طویل اندھیری سردیوں میں زندہ رہ سکیں بھیڑیے ریچھ اور دوسرے شکاری ان کے نومولود بچوں کی تاک میں رہتے ہیں یہی وجہ ہے کہ کیریبو ساحلی میدان میں بچے جننے کو ترجیح دیتے ہیں

کیریبو کا بچہ پیدائش کے چند منٹ بعد اپنے پاؤں پر کھڑا ہو جاتا ہے ایک ہفتے بعد وہ ماں کے ساتھ برابر دوڑنے لگتا ہے جب وہ تین ہفتے کا ہوتا ہے تو دوڑنے میں ریچھ کو مات دے جاتا ہے شمالی یورپ اور سائبیریا کے رینڈ یئر کے برعکس کیریبو انسانوں کے ہاں پرورش پانے پر آمادہ نہیں ہوتے

گرمیوں میں لاکھوں کروڑوں مچھر اور خونخوار مکھاں کیریبو کے گلوں پر ٹوٹ پڑتی ہیں ان سے بچنے کے لیے وہ مسلسل دوڑتے رہتے ہیں یا ساحل کا رخ کرتے ہیں جہاں کی تیز ہوائیں ضعیف پرواز مچھروں کو زمین کی طرف دبکنے پر مجبور کر دیتی ہیں ستمبر کی آمد پر نر کیریبو کے نئے اگے سینگوں پر مخملی تہہ جھڑ جاتی ہے یہ سینگ موسم خزاں کی نقل مکانی میں نہایت اہم ہتھیار ثابت ہوتے ہیں اسکیموؤں کے بعض قبائل کی گزر بسر کا زیادہ تر انحصار کیریبوؤں پر ہے وہ ان کا گوشت کھاتے ہیں کو بچن انڈین خاص طور پر ان کا شکار کرتے ہیں ان کا گوشت کھاتے ہیں اور کھالیں اور سینگ بیچ ڈالتے ہیں۔

کالا یرقان کیلئے

پھٹکڑی سفید آدھا پاؤ توے پر رکھ کر اس کا پھلہ بنانا ہے پھر اس کو پیس کر رات کو سوتے وقت 1/4 چمچہ چائے والا پانی سے استعمال کریں۔

کان کے امراض کیلئے: دیسی لہسن کی ایک پھلی کو سرسوں کے دو چمچ تیل میں گرم کرلیں یہ دونوں جل جائیں۔ پھر اس تیل کو ٹھنڈا کر کے دو قطرے کان میں ڈال دیں' انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

سخت موشن کیلئے: انجبار کی لکڑی کو میدے کی طرح پیس کر رکھ لیں۔ چھوٹے بچے کو اگر موشن لگے ہوں تو کالی مرچ کے دانے کے برابر دیں اگر کوئی بڑا بندہ ہو جسے موشن لگے ہوں یا پیٹ بہت خراب ہو تو ایک ماشہ وزن دیں۔ اگر کوئی افیم چھوڑنا چاہتا ہو اور اگر اس سے پیٹ خراب ہو جائے تو ڈیڑھ ماشہ وزن ہمراہ پانی کے ساتھ دیں۔ انشاءاللہ شفاء ہوگی۔

(سید شہباز حسین بخاری' احمد پور شرقیہ)

خوش کلامی کا حیرت انگیز جادو

ایک مرتبہ ایک شخص نے باتوں باتوں میں مجھے بتایا کہ بھئی اس زندگی سے عاجز آگیا ہوں

ذہنی سکون اور مسرت کے لئے سب سے زیادہ جو چیز مضرت رساں ہے وہ ہے بے چین، متفکر اور غیر مطمئن مزاج۔ ایسا مزاج ہمیشہ پریشانیوں ہی سے دوچار رہتا ہے بہت سے لوگ کچھ اس انداز میں بدمزاجی دکھاتے ہیں کہ گمان ہونے لگتا ہے کہ ان کے جسم پر کانٹے چبھنے نہ لگیں۔ مزاج پر قابو نہ ہونے کی وجہ سے اکثر بڑی بڑی پریشانیاں اٹھ کھڑی ہوتی ہیں۔ بھری محفل میں جھگڑا ہو جاتا ہے۔ رنگ میں بھنگ ہو جاتا ہے۔ زندگی ایک ایسا سفر بن جاتی ہے جس میں ننگے پاؤں کانٹوں کے فرش پر چلنا پڑتا ہے۔

انسانی ذہن کچھ اس طرح سے بنا ہوا ہے کہ اسے غصہ اور بدکلامی پسند نہیں ہوتی۔ نرمی کے آگے یہ پگھل جاتا ہے۔ جہاں ایک نرم لفظ کہا اور غصہ کافور ہوا بالکل اسی طرح جیسے آگ پر پانی ڈال دیں تو آگ بجھ جاتی ہے۔ مہربانی کے ساتھ سلوک کرنے سے ہر دل میں جگہ پیدا ہو سکتی ہے۔

خوش کلامی میں بڑا جادو ہے

ایک ماہر نفسیات نے اپنی کتاب میں لکھا ہے کہ ایک مرتبہ ایک شخص نے باتوں باتوں میں مجھے بتایا کہ بھئی اس زندگی سے عاجز آگیا ہوں۔ اس زندگی کا کیا حاصل' جدھر بھی جاتا ہوں میری ذات غیر دلچسپ اور غیر دلکش ہوتی ہے۔ مجھ سے کوئی مخاطب نہیں ہوتا' کوئی مجھ سے ہمدردی یا محبت نہیں کرتا۔ میں نے ان سے کہا آپ کسی شخص کی زندگی میں حصہ لیں' بظاہر وقتی طور پر آپ اس کے خوشی وغم کے شریک نہیں ہو سکتے' لیکن جیسے جیسے آپ اس کے قریب ہونگے آپ دکھ درد کے ساتھی بن جائیں گے اور ایسا ہونا فطری ہے۔ اس لیے یاد رکھیے ہر انسان تنہائی سے نفرت کرتا ہے' اسے ساتھی کی تلاش ہوتی ہے اور سب کی خواہش ہوتی ہے کہ کوئی ایسی ہستی دستیاب ہو جو اس کی زندگی سے دلچسپی اور اس کے غموں کی مداوا بن سکے۔ ان کے آنسوؤں' آہوں' امیدوں میں شریک ہو سکے۔

آپ زیادہ سے زیادہ انسانوں سے اچھی اچھی باتیں کیجئے اور پھر کچھ عجب نہیں کہ آپ دن بدن اپنے انداز گفتگو میں محاسن پیدا کرتے جائیں گے اور آپ کے دوست بنتے جائیں گے اور اس انداز گفتگو سے آپ کے دکھ' درد' غم اور تنہائی ختم ہو جائیں گی۔ انشاءاللہ

اس ماہ کا دکھی خط

ہر طرف نا کامی ہی نا کامی ہے

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔وضاحت ضرور لکھیں

محترم جناب حکیم صاحب السلام علیکم! کچھ دن پہلے ہی عبقری رسالہ کسی ملنے والے کے ذریعے ملا۔ میں نے بہت شوق سے پڑھا اور انشاء اللہ مستقل طور پر اس کی خریدار بن گئی ہوں‘ اللہ آپ کو اجر عظیم دے۔میرا نام شائلہ ہے۔میری عمر 35 سال ہے۔طلاق یافتہ ہوں۔ 10 سال پہلے طلاق ہوئی تھی ایک بچی ہے۔آٹھویں میں پڑھتی ہے۔ میں طلاق کے کافی عرصے بعد سے اپنا گھر آباد کرنے کا سوچ رہی تھی۔لیکن میرے والدین اس بات پر راضی نہیں ہوتے۔ میں نے بہت کوشش کی کہ ابو مان جائیں اور مجھے اپنا گھر عزت مل جائے مگر میرے ابو نے بھی کوشش نہیں کی بلکہ ہمیشہ ان لوگوں کو بھی منہ توڑ جواب دیا جو کہ رشتہ لے کر آئے۔

رفتہ رفتہ رشتے آنا ختم ہوگئے۔ابو خوش ہوگئے‘ ابو کے خاندان میں دوبارہ شادی نہیں ہوتی‘ بہت لوگوں نے ان کو سمجھایا‘ کرتے کرتے مجھے 10 سال ہوگئے‘ میں گناہ کی طرف چلی گئی‘ ماں کو اشارتاً سمجھایا کہ ماں میں عزت چاہتی ہوں‘ گناہ سے بچنا چاہتی ہوں‘ ویسے ہمارا گھرانہ بہت مذہبی بنتا ہے‘ سارا خاندان نمازی ہے‘ مگر اس معاملے میں وہ اسلام کو پیچھے کر دیتے ہیں۔میرا ایک بھائی میرے حق میں بولتا تھا وہ حادثے میں وفات پا گیا۔ہمارے گھر میں والد سخت مزاج ہیں‘ ان پر کسی کا کوئی اثر نہیں ہوتا۔وہ بہت بدزبان قسم کے انسان ہیں۔

اپریل میں میرے لیے لاہور سے ہی رشتہ آیا‘ ابو نے پہلے ڈرامہ کیا کہ پتہ نہیں کیسے لوگ ہونگے تمہاری بچی بھی ہے پھر یہ شور کیا کہ تمہاری عمر ہے کوئی نکاح کی۔بہر حال میں نے بہت سمجھایا کہ ابو میں تنگ آگئی ہوں‘ ہر بندے کی مجھ پر نظر ہے‘ میں بھٹک گئی ہوں‘ توبہ کرکے عزت چاہتی ہوں‘ میرے والدین ٹس سے مس نہیں ہو رہے۔ اتنے سخت ہیں کہ ان لوگوں نے رشتہ لے کر آنا تھا ماں نے ان کو گھر نہیں آنے دیا۔ میری میرے والدین سے تین ماہ سے بات چیت بند ہے میں گنہگار ہوں پر ان کی شکل نہیں دیکھنا چاہتی۔ وہ میری جوانی‘ زندگی خوشیوں گناہوں کی ذمہ داری ہیں‘ میں نے لاہور سے آنے والے رشتہ پر شکر ادا کیا کہ چلو میں بھی عزت سے اپنے گھر والی ہو جاؤں گی مگر والدہ نے بے عزتی کر دی۔ میں نے بے شمار وظائف کیے تعویذ کروائے‘ دن رات عبادت کی‘ معافی مانگی کہ اللہ مجھے اور گندگی سے بچا کر عزت دے دے‘ خاوند کا نام دے دے‘ طلاق یافتہ عورت کا کوئی مقام نہیں ہوتا۔ میں بہت سے پیر فقیر آزما چکی ہوں۔مشکل سے مشکل ترین وظائف کر چکی ہوں۔مگر میرے والدین پر ایک فیصد بھی اثر نہیں ہوتا۔ وہ بس اسی ضد پر قائم ہیں کہ ہمارے خاندان کی یہ رسم نہ ٹوٹ جائے۔ ہم پٹھان ہیں‘ میرے والدین کا دل کسی کلام‘ وظیفے دعا سے نرم نہیں ہوتا ہر طریقہ کر لیا‘ ہر شخص نے سمجھایا مگر مایوسی ہی مایوسی ہوئی۔

والدین کے سر پر بوجھ ہوں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں ایک بہت پریشان حال خاتون ہوں‘ میری عمر 29 سال ہے اور میرا ایک 6 سال کا بیٹا ہے۔میری تعلیم ایم بی اے ہے۔میری شادی تقریباً 7 سال پہلے ہوئی جو کہ وٹہ سٹہ تھی۔ میں اپنے سسرال تقریباً 5 ماہ رہی۔انہوں نے مجھے اتنے کم عرصے میں گھر سے نکال دیا اور بیٹے کی پیدائش کے تقریباً 2 ماہ بعد طلاق دے دی۔ اپنے بیٹے کو لے کر میں اپنے والدین کے گھر رہائش پذیر ہوں۔ میرے بیٹے کو اس کے باپ نے ایک نظر آج تک نہیں دیکھا۔نہ ہی کسی دادا دادی نے کوئی تعلق رکھا۔

میں والدین کے سر پر بوجھ بن کر بیٹھ گئی ہوں‘ آخر بھابیوں نے اپنا رویہ کچھ عرصہ بعد بدل لیا اور مجھے گھر سے نکالنے کی کوششیں شروع کر دیں۔ میرے والدین نے آنکھیں بند کر کے میرا رشتہ ایک نابینا آدمی سے طے کر دیا اور نکاح کروا کے مجھے رخصت کر دیا۔ وہ شخص نہ صرف نابینا تھا بلکہ حقوق زوجیت سے بھی قاصر تھا۔اس نے مجھے تقریباً دس ماہ اپنے نکاح میں رکھا۔ ہر وقت لعن طعن کرتا رہتا اور آخر دس ماہ بعد بغیر کسی وجہ کے مجھے طلاق دیدی۔ وہ اپنے دوستوں کو گھر میں بلاتا اور مجھے ان کے ساتھ گپ شپ کرنے کو کہتا۔ جب میں انکار کرتی تو وہ ناراضگی کا اظہار کرتا۔میری سمجھ میں تو طلاق کی یہی وجہ آتی ہے باقی کچھ نظر نہیں آتا۔

خیر میری زندگی مکمل طور پر برباد ہو چکی ہے۔جس عورت کا نکاح دو مرتبہ ہو اور دو مرتبہ طلاق ہو جائے اس کی حیثیت اس دنیا میں خاک سے بھی بدتر ہو جاتی ہے اس کا اندازہ یقیناً آپ کو بھی ہوگا۔ اب ہر وقت میری ٹانگوں میں درد رہتا ہے۔سب لوگ کہتے ہیں کہ تم پر کسی نے کوئی جادو کیا ہوا ہے یہاں تو سب لوگ پیسہ کمانے والے ہیں۔

اب میں چاہتی ہوں کہ مجھے کوئی نوکری مل جائے تا کہ میں اپنا اور اپنی بیٹی کا پیٹ پال سکوں۔ میں جہاں بھی کوئی اشتہار نوکری کیلئے آتا ہے اپنے کاغذات جمع کرواتی ہوں کام ہوتے ہوتے رہ جاتا ہے۔جس کام میں ہاتھ ڈالتی ہوں وہ نہیں ہوتا۔ہر طرف ناکامی کا سامنا ہے۔

(قارئین! الجھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ایڈیٹر کی کتابیں‘ رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ ہم آپ کے بے حد شکر گزار رہوں گے۔ **(ادارہ)**

3۔حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من وعن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

والدہ احمد شاہ‘ فیصل آباد۔مسز محمد اشرف‘ لاہور۔پرنسپل غلام قادر ہراج‘ جھنگ۔صبیر شمسی‘ لاہور۔محمد صادق‘ گجرات۔ شمیم اختر‘ گجرات۔محی الدین احمد‘ کراچی۔م۔ا‘ لاہور۔ محمد فاران ارشد بھٹی‘ مظفر گڑھ۔مسز اقبال۔حسین رضوان‘ ملتان۔ذکیہ اقتدار‘ بہاولنگر۔محمد جنید نقشبندی‘ کراچی۔

فولاد اور ملٹھی سے فائدے پوچھیں

محمد شاہد راولپنڈی

کمی خون کی شکایت کا کھوج خاصا آسان بھی ہوتا ہے لیکن خون کی کمی کا ایک سبب فولاد کی کمی بھی ہوتا ہے اور تھکن کی شا کی خواتین میں دیگر اسباب پر تو توجہ دی جاتی ہے مگر اس کی کمی کے اصل سبب یعنی فولاد کی کمی پر ذرا کم توجہ دی جاتی ہے

جبس دم کے مریضوں کیلئے خوشخبری

جبس دم سانس کی ایک تکلیف ہے جس میں رات کو سوتے میں سانس بند ہونے سے آنکھ کھل جاتی ہے۔ یہ مرض موٹے لوگوں میں عام ہوتا ہے۔ اب ایک ایسا آلہ تیار کرلیا گیا ہے جو منہ میں لگا کر سونے سے جبس دم کی تکلیف سے بڑی حد تک محفوظ رہا جاسکتا ہے۔ اس آلے کا بنیادی کام نیند کے دوران سانس کے راستے کو کھلا رکھنا ہے تا کہ مریض کا سانس رکے بغیر نیند کے دوران آسانی سے سانس لیتا رہے۔ یہ آلہ اتنا چھوٹا ہے کہ اسے مریض با آسانی اپنے منہ میں لگا کر ہونٹ بند کرسکتا ہے بلکہ بات کرسکتا ہے اور پانی بھی پی سکتا ہے۔ ایک سال تک 230 مریضوں پر اس آلے کے کامیاب تجربے کے بعد اسے بہت مؤثر پایا گیا۔ مطالعے کے دوران یہ بھی دیکھنے میں آیا کہ مردوں کے مقابلے میں عورتوں کو اس آلے سے زیادہ فائدہ ہوا ہے۔

فولاد سے تھکن دور ہوتی ہے

جسم میں خون کی کمی کے اسباب میں حیاتین ب 12 (وٹامن بی 12) کی کمی، سرطان بلکہ جینیاتی یا موروثی خرابی بھی شامل ہوتی ہے۔ کمی خون کی شکایت کا کھوج خاصا آسان بھی ہوتا ہے لیکن خون کی کمی کا ایک سبب فولاد کی کمی بھی ہوتا ہے اور تھکن کی شا کی خواتین میں دیگر اسباب پر تو توجہ دی جاتی ہے مگر اس کی کمی کے اصل سبب یعنی فولاد کی کمی پر ذرا کم توجہ دی جاتی ہے۔ کورنیل یونیورسٹی کے تحقیق کاروں نے خون میں کم فولاد والی 41 جواں عمر خواتین کی جو کمی خون (انیمیا) کی مریض نہیں تھیں، فولاد کی فرضی اور اصلی گولیاں بھی کھلائیں اور ان کیلئے ورزشیں بھی تجویز کیں۔ چھ ہفتوں کے بعد فولاد کی کمی کی شکار خواتین میں سے صرف ان خواتین کی صحت بہتر ہوئی جنہوں نے فولاد کی اصلی گولیاں استعمال کی تھیں، یعنی فرضی گولیوں کا کچھ اثر نہ ہوا۔

اس سلسلے میں یہ یاد رکھنا بہت ضروری ہے کہ فولاد کی اضافی مقدار یا خوراکیں بعض لوگوں میں سنگین قسم کی علامات کا سبب بن جاتی ہیں اس لیے انہیں صرف معالج کے مشورے سے ہی استعمال کرنا چاہیے۔ خون میں فولاد کی مقدار بڑھانے کا سب سے اچھا اور محفوظ طریقہ یہ ہے کہ فولاد والی غذائیں زیادہ استعمال کی جائیں۔ ایسی غذاؤں میں سرخ گوشت، کلیجی، دالیں یا پھر ایسے دلیے شامل ہیں جن میں ان کی تیاری کے وقت فولاد شامل کردیا جاتا ہے۔ واضح رہے کہ ترقی یافتہ ملکوں میں آٹے کی پسائی اور دلیوں کی تیاری کے وقت ہی فولاد ان میں شامل کردیا جاتا ہے۔ ہمارے ہاں ایسا آٹا اور دلیے فراہم نہیں ہوتے لیکن فولاد والی قدرتی غذاؤں کی کوئی کمی نہیں ہے۔ خون میں فولاد کی صحیح مقدار تھکن کا مؤثر علاج ہوتی ہے۔

ملٹھی سے قبل از وقت ولادت ہوسکتی ہے!

ملٹھی ہمارے ہاں زیادہ تر کھانسی کی دواؤں یا اسی مقصد سے پان میں استعمال ہوتی ہے۔ اس کی اپنی مخصوص مٹھاس ہوتی ہے۔ مغربی ملکوں میں اس کی میٹھی گولیاں (کینڈی) شوق سے کھائی جاتی ہیں۔ امریکن جرنل آف ایپیڈی میولوجی کی ایک رپورٹ کے مطابق ہر ہفتے نو اونس یہ میٹھی گولیاں کھانے والی فن لینڈ کی 95 فیصد خواتین کے ہاں وقت سے پہلے بچوں کی پیدائش کا خطرہ دوگنا پایا گیا۔ یورپ کے برخلاف امریکہ میں ملٹھی کی گولیوں میں اس کا تناسب بہت کم ہوتا ہے لیکن اس کے باوجود امریکی ماہرین نے حاملہ امریکی خواتین کو یہ گولیاں کم استعمال کرنے کا مشورہ دیا ہے۔ واضح رہے کہ ملٹھی معدے اور آنت کے زخم کیلئے بھی مفید ہوتی ہے لیکن تنہا اس کے استعمال سے خون کا دباؤ بھی بڑھ سکتا ہے۔

(بقیہ: دین کا ایک لفظ سیکھنے پر دوگنا انعام)

فوراً اعلان کیا کہ اس آدمی کو ایک ہزار روپے انعام دیا جائے۔ اعلان سنتے ہی ایک وزیر نے بادشاہ کے کان میں کہا کہ بادشاہ سلامت! یہ آدمی تو سو روپے پر بھی خوش ہوسکتا تھا آپ ایسے اعلان کرتے رہیں گے تو خزانہ خالی ہوجائیگا۔ وزیر نے کہا کہ اگر آپ مجھے اجازت دیں تو میں یہ انعام کم کراسکتا ہوں۔ بادشاہ نے اجازت دی۔ وزیر نے شکاری سے پوچھا کہ یہ مچھلی نر ہے یا مادہ؟ وزیر کا خیال تھا کہ اگر شکاری جواب دے کہ نر ہے میں اس کے مادہ لانے پر پورا انعام دوں گا اور اگر کہے کہ مادہ ہے تو میں اس مچھلی کے نر لانے پر پورا انعام دوں گا۔ اور یہ بات ناممکن ہے تو شکاری مذکورہ انعام سے کم لینے پر بھی راضی اور خوش ہوجائیگا۔ شکاری نے فوراً جواب دیا کہ مچھلی اس لیے رنگ برنگی اور خوبصورت ہے کہ یہ مچھلی خنسا مشکل ہے۔ یعنی نہ یہ مچھلی نر ہے اور نہ مادہ۔ بادشاہ نے جب یہ جواب سنا تو اعلان کیا کہ پہلے ایک ہزار روپے تھا اب اس کو دو ہزار روپے انعام میں دیئے جائیں۔ محترم قارئین! اس شکاری کو دین کے ایک لفظ سیکھنے پر اتنا فائدہ ہوا ہمیں بھی چاہیے کہ روزانہ کم از کم ایک بات اپنے دین اسلام کے بارے میں سیکھیں۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَااَللّٰہُ یَاکَرِیْمُ یَابَدِیْعُ کا ورد اول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ”آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں“ یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ بہت ہی زبردست ہے۔ اللہ تعالیٰ آپ کے رسالے کو دن دگنی اور رات چگنی ترقی عطا فرمائے آمین۔ حکیم صاحب! مراقبے کے عمل نے میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ جو کافی دیر سے اٹکا ہوا تھا اور کسی بھی طریقہ سے حل ہونے کا نام نہ لیتا تھا وہ حل کردیا۔ محترم حکیم صاحب میری شادی میں بہت سی رکاوٹیں تھیں، جب بھی شادی کی تاریخ فکس ہوتی کوئی نہ کوئی رکاوٹ پیدا ہوجاتی اور اسی طرح کرتے کرتے تین سال گزر گئے تھے۔ میں نے بہت سے عمل بھی کیے لیکن کوئی فائدہ نہ ہوا۔ ایک دن عبقری پڑھتے ہوئے میری نظر مراقبے کے عمل پر پڑی، میں نے توجہ یقین اور دھیان سے مراقبے کا عمل کرنا شروع کردیا۔ حکیم صاحب میری شادی میں جو جو رکاوٹیں تھیں ایک ایک کرکے خود بخود دور ہونا شروع ہوگئیں اور میری شادی جو کہ ہونے کا نام ہی نہ لے رہی تھی صرف چند ماہ میں ہوگئی۔ اب میں خوش و خرم زندگی گزار رہا ہوں۔ **(عبدالرشید لاہور)**

ایم صادق شادوزئی (کاکڑ)

لاکھوں میل دور بیٹھے ذہن سے رابطہ

یکسوئی کا حامل جب کسی کی طرف اپنا خیال روانہ کرتا ہے تو مطلوبہ شخص ہزاروں لاکھوں میل دور سے خیال وہم یا گمان کی صورت میں محسوس کرلیتا ہے لیکن ان باتوں کو پانے کیلئے ضروری ہے کہ انسان یکسوئی کہ اس درجے پر پہنچ چکا ہو کہ جس کام جس غرض کیلئے یکسو ہوجائے تو ایسا غرق ہوجائے

ٹیلی پیتھی اس علم کا نام ہے جس کے ذریعے دو انسان بغیر کسی مادی وسیلے کے ایک دوسرے کے ذہنوں سے رابطہ کریں' چاہے وہ ایک دوسرے سے کتنے ہی دور کیوں نہ ہوں۔

عام لوگ اس بات کو طنز ومزاح ضرور سمجھیں گے لیکن علوم مخفی کے طالب علم اس کے اثرات کے نہ صرف قائل ہیں بلکہ اس وقت کو حاصل کرنے کیلئے کچھ بھی کرنے سے گریز نہیں کرتے' بات شمس بینی کی آجائے تو نازک آنکھوں کو چمکتے دھکتے سورج پر یوں گاڑھ دیتے ہیں کہ آنکھ جھپکنا بھول جاتے ہیں تو کبھی یہ کھیل شمع کی لو سے کھیلنا شروع کردیتے ہیں اور کبھی سانس کی مشقوں میں ہر روز حالت نزع کو برداشت کرنے کیلئے سینہ تان لیتے ہیں۔

ہاں ایسا ہی ہے علوم مخفی کے طالب علموں کی کارگزاریاں بیان کی جائیں تو عام انسان انگشت بدنداں ہوجاتا ہے۔

ان علوم پر غور کیا جائے تو یہ صرف اور صرف انگریزی کے نام ہی ہیں مثلاً ٹیلی پیتھی' ہپناٹزم' مسمریزم جس سے تاریخ سے بے خبر لوگ یہ نتیجہ اخذ کرلیتے ہیں کہ شاید یہ علوم انگریزوں کی ایجاد ہونگے لیکن ایسا ہرگز نہیں ہے۔

جدید سائنس ان قوتوں کی تعریف کرتے ہوئے کہتی ہے کہ کمالات انسانی دماغ میں واقع دو غدود پینیل گلینڈ اور پچوٹری گلینڈ کے بیدار ہونے سے حاصل ہوجاتے ہیں۔ جبکہ ہمارے اسلاف صدیوں پہلے ان رازوں سے آگاہ تھے جسے جدید سائنس پینیل گلینڈ کہتی ہے صوفیاء اسلام نے صدیوں پہلے اسے لطیفہ خفی کے نام سے ذکر کیا ہے اور پچوٹری گلینڈ کو ہمارے اسلاف نے لطیفہ اخفی کے نام سے یاد کیا ہے۔

ہمارے بزرگوں نے ان دو غدود کے علاوہ بھی بہت کچھ بتایا ہے جس سے جدید سائنس تاحال بے خبر ہے اور اگر کچھ خبر بھی ہے تو مختلف ذرائع سے معلوم کرلیا گیا ہے۔

قوت ٹیلی پیتھی کا حصول ممکن ہے بشرطیکہ انسان میں مستقل مزاجی اور صبر کا مادہ ہو' اتنی بڑی قوتیں ہفتوں اور مہینوں میں حاصل نہیں کی جاسکتیں اس کیلئے ایک طویل عرصے کی ریاضت کی ضرورت ہے۔

ان قوتوں کو حاصل کرنے کیلئے جو ریاضتیں کی جاتی ہیں اسے عرف عام میں یکسوئی یا ارتکاز توجہ کی مشقیں کہتے ہیں۔

ارتکاز توجہ اور یکسوئی سے انسان اپنی تمام تر توجہ کو کسی ایک نکتہ پر قائم کرتا ہے جب توجہ کسی نکتے پر قائم ہوجاتی ہے تو انسان بے شمار خرق العادات کا حامل بن جاتا ہے مثلاً کشف القلوب' تھاٹ ریڈنگ' توجہ سے سلب امراض اور قوت خیال کے ذریعے لوگوں کو اپنا ہم خیال بنانا۔

یکسوئی کا حامل جب کسی کی طرف اپنا خیال روانہ کرتا ہے تو مطلوبہ شخص ہزاروں لاکھوں میل دور سے خیال وہم یا گمان کی صورت میں محسوس کرلیتا ہے لیکن ان باتوں کو پانے کیلئے ضروری ہے کہ انسان یکسوئی کے اس درجے پر پہنچ چکا ہو کہ جس کام جس غرض کیلئے یکسو ہوجائے تو ایسا غرق ہوجائے کہ آس پاس کی خبر نہ رہے' یکسوئی کی اس درجہ پر پہنچنے کیلئے ماہرین فن نے بے شمار مشقیں بیان کی ہیں۔ مثلاً آئینہ بینی' شمع بینی' دائرہ بینی' ماہتاب بینی' آفتاب بینی' جور بینی وغیرہ وغیرہ ان تمام بینیوں کا مقصد اشغراق حاصل کرنا ہے ان مشقوں میں کامیابی تب ہوتی ہے جب یہ مشقیں یکسوئی سے کی جائیں اگرچہ یہ مشقیں یکسوئی کیلئے ہی کی جاتی ہیں لیکن یکسوئی سے مشقوں کا ہونا شرط اول ہے۔

موجودہ دور میں ہر طرف غم والم کے تذکرے' بیروزگاری و مہنگائی کے چرچے نے لوگوں میں اتنی قوت باقی نہیں چھوڑی کہ توجہ چند سیکنڈ کیلئے بھی قائم ہونا مشکل ہے اس لیے احقر نے علیم ذات کے فضل وکرم سے ایک ایسا کورس ترتیب دیا ہے جس سے ہر شخص مستفید ہوسکتا ہے۔ (انشاءاللہ)

علم یکسوئی کا سبق

صبح کی نماز سے قبل یا بعد از نماز حاجت ضروریہ سے فارغ ہوکر شمال کی طرف منہ کرکے ناک کے ذریعے آہستہ آہستہ سانس کھینچتے رہو جب مزید کھینچنے کی گنجائش نہ ہو تو سانس کو سینے میں قید کرلو' جتنی آہستگی سے سانس کھینچا تھا ایسی ہی آہستگی سے سانس روکے رکھو' جب مزید روکنا دشوار ہو تو آہستہ آہستہ سانس ناک کے ذریعے خارج کرو یہ ہوا ایک چکر۔ اب تھوڑی دیر سستالو دوبارہ یہ عمل کرو' اسی طریقے سے پانچ چکر پورے کرلو جب پانچ چکر سانس کے پورے ہوجائیں اب آنکھیں بند کرکے تمام تر توجہ دل کی طرف مبذول کرلو اور یہ تصور کرو کہ میرے دل پر ایک شمع جل رہی ہے اندازاً یہ مشق آدھا گھنٹہ کریں۔ اسی طرح رات کو سوتے وقت اسی طریقے سے عمل کریں یعنی سانس کی مشقیں اور مراقبہ (تصور شمع) صبح اور شام کرنا ہے۔ ان مشقوں سے آپ کی ذہنی صلاحیتیں' خوابیدہ قوتیں بیدار ہونا شروع ہوجائینگی۔

یہ مشقیں نہ صرف علوم مخفی کے طالبعلموں کیلئے ہیں بلکہ ان مشقوں سے انسان کی بے شمار نفسیاتی بیماریاں بھی رفع ہوجاتی ہیں اور سب سے بڑھ کر اہم اور خوشی کی بات یہ ہے کہ ان مشقوں سے انسان کے اندر مضبوط قوت ارادی بیدار ہوجاتی ہے جس کے بل بوتے پر انسان اپنی بہت سے بری عادات' جنسی کمزوری' نشے کی عادت پر قابو پالیتا ہے۔ اگرچہ علوم مخفی کے طالبعلموں نے سانس کی مشقیں صرف اور صرف روحی قوتیں بیدار کرنے کیلئے کی ہیں لیکن متواتر تجربات و مشاہدات سے یہ بات سامنے آئی کہ سانس کی مشقیں جسمانی بیماریوں کیلئے تریاق ثابت ہوئیں' معدے کے مختلف امراض میں یہ مشقیں جادوئی مانند اثر کرجاتی ہے۔ سانس کی مشقوں سے خون میں سرخ وسفید ذرات کی تعداد میں اضافہ ہوجاتا ہے جو کہ حسن کیلئے بنیاد ہے اسی لیے سانس کی مشقیں کرنے والوں کا چہرہ سرخ وسفید ہوجاتا ہے۔

ان مشقوں سے دماغ بے حد طاقتور ہوجاتا ہے' قوت حافظہ یا دداشت بے حد تیز ہوجاتی ہے' سانس کی مشقوں کے فوائد قلم بند کرنا احقر کے بس کی بات نہیں بس اس کی افادیت و اہمیت کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ تصوف کے تمام سلسلوں میں اسے شامل کیا گیا ہے۔

قارئین! جو کچھ پیش کیا گیا ہے اس کی قدر کیجئے یہ کتابوں کی باتیں نہیں ہیں' سنی سنائی' افسانے نہیں بلکہ ذاتی تجربات ومشاہدات ہیں۔ جو لوگوں کو بہت کچھ کھونے کے بعد مل جاتے ہیں۔

نکسیر کیلئے نہایت کامیاب نسخہ

میرے پاس ایک گمنام حکیم کا ایک نادر نسخہ موجود ہے جو نکسیر کیلئے کامیاب ثابت ہوا ہے گزشتہ 20 سالوں میں میں نے نکسیر کے جس مریض کو بھی یہ نسخہ دیا ہے اللہ تبارک وتعالیٰ نے اسے مکمل شفا بخشی اور دوبارہ اسے یہ مرض لاحق نہیں ہوا۔ نسخہ مندرجہ ذیل ہے:۔ **ھوالشافی:** خشک دھنیا ایک تولہ' چھوٹی الائچی ایک تولہ' گل سرخ سوگرام' مربہ آملہ سوگرام' مربہ ہڑیڑ سوگرام مندرجہ بالا چیزوں کو گرائنڈ کرکے چینی کے قوام میں ملادیں تو ایک معجون بن جائیگی۔ مریض صبح نہار منہ ایک چھوٹا چمچ اور رات سوتے وقت بھی ایک چھوٹا چمچ استعمال کرے۔ انشاءاللہ دوسری بار نسخہ بنانیکی ضرورت نہیں پڑیگی۔ **(محمد امین' راولپنڈی)**

نصیر احمد' ایبٹ آباد

انسان کو کھوکھلا کردینے والی بیماری

سادہ غذا ہم نے چھوڑ دی اور چٹ پٹی غذا کھانے میں فخر محسوس کرنے لگے۔اس بیماری کی چند وجوہات جو میرے ناقص علم میں ہیں وہ قارئین کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔ اگر ممکن ہوسکے تو اپنی صحت کی حفاظت کیلئے احتیاطی تدابیر اختیار کریں۔

جریان ایک ایسی موذی بیماری ہے کہ جس سے انسان اندر سے کھوکھلا ہوجاتا ہے۔ آنکھیں اندر دھنس جاتی ہیں' خوبصورت چہرہ بدصورتی اختیار کرتا جاتا ہے' انسان لاغر اور کمزور ہوتا رہتا ہے۔ جوانی کے کچھ ہی دن ہوتے ہیں' بڑھاپے کے اثرات نمایاں ہونے لگتے ہیں' بال سفید ہونا شروع ہوجاتے ہیں' خون کی کمی ہوجاتی ہے' بس انسان ایک ڈھانچہ بن جاتا ہے' جسمانی دردیں شروع ہوجاتی ہیں' دل اور دماغ کمزور ہوجاتے ہیں' کام کرنا دشوار ہوجاتا ہے' طبیعت میں چڑچڑاپن پیدا ہوجاتا ہے۔طرح طرح کی بیماریاں حملہ آور ہوجاتی ہیں۔

ہمارے پیارے ملک پاکستان میں میرے اندازے کے مطابق ننانوے فیصد مرد اس موذی مرض میں مبتلا ہیں۔ مستورات لیکوریا جیسی جان لیوا بیماری میں مبتلا ہیں۔مگر افسوس کہ وہ اپنی صحت کا خیال نہیں رکھتے۔زبان کی لذت کی خاطر جان سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔اخباری اشتہارات والی ادویات کا استعمال' نیم حکیموں' عطائیوں سے علاج کروا کر اپنے گردے تک خراب کرلیتے ہیں۔ اس کے علاوہ ان ادویات کا اثر براہِ راست جگر پر پڑتا ہے۔یرقان/ہیپاٹائٹس جیسی بیماری مفت میں گلے پڑ جاتی ہے۔نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ اپنے ہی شہر یا اردگرد عطائی حکیم/ڈاکٹروں کی خدمات حاصل کرتے ہیں جن کا گزارا ہی ایسی ادویات بنا کر بیماروں کو دینا ہے' خوب پیسے بٹورتے ہیں' بڑے بڑے دعوؤں کے ساتھ دوائی فروخت کرتے ہیں' مجمع باز کا طرز بیان ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ایسی چکنی چپڑی باتوں سے لوگوں کو پھانس لیتے ہیں جن کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں ہوتا۔

میرے خیال کے مطابق یہ بیماریاں جب سے ڈالڈا اور فارمی مرغیاں' انڈے مارکیٹ میں آئے ہیں اسی وقت سے شروع ہوگئیں۔سادہ غذا ہم نے چھوڑ دی اور چٹ پٹی غذا کھانے میں فخر محسوس کرنے لگے۔ اس بیماری کی چند وجوہات جو میرے ناقص علم میں ہیں وہ قارئین کی خدمت میں پیش کرتا ہوں۔ اگر ممکن ہوسکے تو اپنی صحت کی حفاظت کیلئے احتیاطی تدابیر اختیار کریں۔

وجوہات: فاسد خیالات' چت سونا' بدہضمی' قبض' جلق' چائے کا زیادہ استعمال' گرم اشیاء کا کثرت سے کھانا' بغیر بھوک کے کھانا' رات کو پیٹ بھر کر کھانا اور سوجانا' بادی اور ثقیل اشیاء کا کثرت سے استعمال' کثرت جماع وغیرہ۔ اب اس بیماری کا علاج جو میری دانست کے مطابق سوفیصد درست ہے وہ عرض کرتا ہوں تاکہ میرے وہ بھائی جو حکیم صاحبان سے علاج کرانے کی سکت نہ رکھتے ہوں وہ اپنا علاج خود کرسکیں۔

☆ ہمیشہ جسمانی اور روحانی پاکیزگی میں رہنے کی کوشش کریں۔ ☆ نماز کی پابندی کریں۔ ☆ پہلے ہفتہ میں صرف مصفی خون دوائی استعمال کریں۔ اگر کسی حکیم صاحب سے نہ ملے تو عبقری دواخانہ کی خون صفاء استعمال کریں۔ ایک گولی اکسیرالبدن دودھ سے روزانہ کھانا شروع کردیں۔

دوسرے ہفتہ میں جب یہ سمجھ لیں کہ قبض اور بدہضمی وغیرہ ختم ہوگئے ہیں تو کشتہ قلی ایک رتی کی مقدار میں مکھن یا ملائی میں ملا کر کھالیں۔ غذا بالکل سادہ کھائیں جن وجوہات کا ذکر کیا گیا ہے ان کا ضرور خیال رکھیں۔تیسرے ہفتہ میں یہ نسخہ استعمال کریں۔

موصلی سفید' موصلی سیاہ' گوند کتیرا' بہی دانہ' تخم بالنگو برابر وزن پہلی چار دوائیں کوٹ پیس لیں تخم بالنگو ثابت ہی ملالیں۔

خوراک: آدھی چمچ بعد از ناشتہ دودھ سے کھالیں۔ انشاء اللہ چند دنوں میں اس موذی مرض سے ہمیشہ کیلئے چھٹکارا حاصل کرلینگے۔اس حوالے سے عبقری کا نوجوانوں کے روگ کورس کے بہترین رزلٹ۔چند کورس پابندی سے استعمال کریں۔

صحت ملنے پر اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کریں۔ ہمیشہ زود ہضم غذا کھائیں چائے اور گرم اشیاء کم سے کم استعمال کریں۔اگر ایک وقت گرم چیز کھالیں تو دوسرے وقت ٹھنڈی چیز ضرور کھائیں۔ پیٹ بھر کھانا خصوصاً رات کو نہ کھائیں۔ یہ یاد رکھیں! کہ کم کھانے والا ہمیشہ صحت مند اور تندرست رہتا ہے جبکہ پیٹو اپنی قبر خود کھودتا ہے۔اللہ ہم سب پر رحم و کرم فرمائے آمین۔

حمدِ باری تعالیٰ

کس سے مانگیں' کہاں جائیں' کس سے کہیں اور دنیا میں حاجت روا کون ہے
سب کا داتا ہے تو' سب کو دیتا ہے تو' تیرے بندوں کا تیرے سوا کون ہے
کون مقبول ہے' کون مردود ہے' بے خبر! کیا خبر تجھ کو کیا کون ہے
جب تُلیں گے عمل سب کے میزان پر' تب کُھلے گا کہ کھوٹا کھرا کون ہے
کون سنتا ہے فریاد مظلوم کی' کس کے ہاتھوں میں کنجی ہے مقسوم کی
رزق پر کس کے پلتے ہیں شاہ و گدا' مسند آرائے بزمِ عطا کون ہے
اولیاء تیرے محتاج اے ربِّ کل' تیرے بندے ہیں انبیاء و رُسل
اِن کی عزت کا باعث ہے نسبت تری' ان کی پہچان تیرے سوا کون ہے
میرا مالک مری سُن رہا ہے فُغاں' جانتا ہے وہ خاموشیوں کی زباں
اب مری راہ میں کوئی حائل نہ ہو' نامہ بر کیا بلا ہے' صبا کون ہے
ہے خبر بھی وہی مبتدا بھی وہی' ناخدا بھی وہی ہے' خدا بھی وہی
جو ہے سارے جہانوں میں جلوہ نُما' اس اَحد کے سوا دُوسرا کون ہے
وہ حقائق ہوں اشیاء کے یا خشک و تر' فہم و ادراک کی زد میں ہیں سب مگر
ماسوا ایک اُس ذاتِ بے رنگ کے' فہم و ادراک سے ماورٰی کون ہے
انبیاء' اولیاء' اہل بیتِ نبی ﷺ' تابعین و صحابہ پہ جب آبنی
گر کے سجدے میں سب نے یہی عرض کی تو نہیں ہے مشکل کُشا کون ہے
اہلِ فکر و نظر جانتے ہیں تجھے' کچھ نہ ہونے پہ بھی مانتے ہیں تجھے
اے نصیؔر اس کو تُو فضل باری سمجھ' ورنہ تیری طرف دیکھتا کون ہے

حمدیہ کلام

علامہ پیر سید نصیرالدین نصیر گیلانی رحمۃ اللہ علیہ زیب سجادہ گولڑہ شریف

روحانی پھکی سے معدے کی جلن ختم

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے سینے کی جلن' غذا کا ہضم نہ ہونا' معدے کے بھاری پن کی شکایت تھی۔ میں بہت سی ادویات استعمال کررہا چکا تھا لیکن افاقہ نہ ہوتا تھا۔ میں ایک غریب آدمی ہوں اس لیے زیادہ مہنگی دوائی نہیں خرید کرسکتا تھا۔ مجھے ایک دن کسی نے روحانی پھکی کے بارے میں بتایا اور تحفہ کے طور پر دی اور کہا کہ ایک بار اس کو استعمال کرو میں نے رمضان المبارک میں سحری اور افطاری کے وقت ایک ایک چمچ اس کا استعمال کرنا شروع کیا۔ میں حیرت زدہ رہ گیا میری سالہا سال کی تکالیف چند دنوں میں ہی بہتر ہونے لگیں۔ رمضان کے روزے میں بہت پرسکون انداز میں گزار رہا ہوں۔میری معدے کی جلن اب بہت بہتر ہے اور کھٹے ڈکار بھی نہیں آتے۔ یہ واقعی ایک انتہائی سستی اور مفید دوائی ہے جس کو غریب سے غریب شخص بھی لے سکتا ہے۔آپ کیلئے بہت دعائیں کرتا ہوں۔اللہ ہی آپ کو اس کا بہتر صلہ دے گا۔ **(محمد دین لاہور)**

مال میں برکت کیلئے درود شریف

ع،م۔ چوہدری

اگر کسی کی آنکھوں میں پانی بھر آتا ہو اور لکھنے پڑھنے کے وقت مشکل پیش آتی ہو تو ایسی صورت میں ہر نماز کے بعد سات مرتبہ مندرجہ ذیل درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ شکایت دور ہو جائے گی اور آنکھوں کی روشنی میں بھی اضافہ ہو گا۔

درود افضل

حضرت امام سخاوی رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زوجہ محترمہ حضرت ام المومنین جویریہ رضی اللہ عنہا بنت الحارث رضی اللہ عنہ سے نقل کیا ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ اگر کوئی شخص حلف اٹھا لے کہ میں آقائے نامدار ﷺ پر افضل ترین درود پڑھتا ہوں تو وہ افضل ترین درود یہ ہے:۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَنَبِیِّکَ وَرَسُوْلِکَ النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَعَلٰی اٰلِہٖ وَاَزْوَاجِہٖ وَذُرِّیَّتِہٖ وَسَلِّمْ عَدَدَ خَلْقِکَ وَرِضَانَفْسِکَ وَزِنَۃَ عَرْشِکَ وَمِدَادَ کَلِمَاتِکَ ا

درود برائے مغفرت

حضرت انس بن مالک رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے روایت ہے رسالت مآب محمد ﷺ نے فرمایا جس شخص نے اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِہٖ وَسَلِّمْ کہا اور وہ کھڑا تھا تو بیٹھنے سے پہلے اور اگر بیٹھا ہوا تھا تو کھڑا ہونے سے پہلے اس کے گناہ معاف کر دیئے جائیں گے۔

درود امام بوصیری رحمۃ اللہ علیہ

عربی قصائد میں سے قصیدہ بردہ شریف بہت مشہور ہے بردہ شریف کے معنی دھاری دار چادر کے ہیں۔ اس قصیدے میں حضور پرنور ﷺ کی مختلف انداز میں تعریف کی گئی ہے اس قصیدے کے مصنف حضرت امام شرف الدین محمد بن سعید بوصیری رحمۃ اللہ علیہ ہیں۔ ایک دفعہ آپ پر اچانک فالج کا حملہ ہو گیا۔ علاج معالجہ کیا مگر کچھ بھی افاقہ نہ ہوا۔ بیماری جب طول پکڑ گئی تو دوست احباب سب ساتھ چھوڑ گئے حتیٰ کہ عزیز و اقارب تک بیزار ہو گئے آخر ایک روز ان کے دل میں خیال پیدا ہوا کیوں نہ آقا دوجہاں شفیع عالم حضور پرنور ﷺ کے وسیلہ سے دعا مانگی جائے چنانچہ انہوں نے نہایت ہی بے بسی کے عالم میں نعتیہ قصیدہ کہا اور بارگاہ رسالت ﷺ میں عقیدت کے پھول پیش کیے اور پھر کچھ عرصہ تک یہی قصیدہ پڑھتے رہتے حتیٰ کہ ایک روز روتے روتے سو گئے خواب حضور پرنور ﷺ کی زیارت نصیب ہوئی تو آپ ﷺ نے امام بوصیری رحمۃ اللہ علیہ کے جسم پر ہاتھ پھیرا تو جب امام بوصیری رحمۃ اللہ علیہ بیدار ہوئے تو انہوں نے محسوس کیا کہ بالکل تندرست ہو گئے ہیں اور ان کا مرض جاتا رہا ہے۔ یہ قصیدہ ۶۶۰ھ میں لکھا گیا تھا اور صدیاں گزرنے کے باوجود بھی آج تک بالکل ایسے ہی محسوس ہوتا ہے کہ جیسا کہ ابھی ابھی لکھا گیا ہے۔ اس قصیدہ میں ایک طرح کے درود شریف جیسی خصوصیات ہیں لہٰذا جو شخص اسے خلوص دل سے پڑھتا رہے اس میں عشق رسول ﷺ پیدا ہو جاتا ہے اس کی دینی و دنیاوی حاجات پوری ہو جاتی ہیں۔ یہاں پر اختصار کی خاطر قصیدہ بردہ شریف کا صرف یہ شعر تحریر کیا جا رہا ہے۔ یہ حضرت امام بوصیری رحمۃ اللہ علیہ کے قصیدہ بردہ شریف کے دیباچہ کا شعر ہے جو درود بوصیری کے نام سے مشہور ہے دراصل یہ شعر قصیدہ بردہ شریف کا نچوڑ ہے اور بے پناہ دینی و دنیوی فوائد کا حامل ہے جو شخص یہ درود روزانہ سو مرتبہ صبح اور سو مرتبہ شام پڑھے اس کا دل عشق رسول ﷺ سے مزین ہو جائے گا اور اگر رسول اکرم ﷺ کی زیارت کو مدنظر رکھے گا تو زیارت سے نوازا جائے گا دراصل درود کو دائمی طور پر پڑھنے والا رسول ﷺ کا محبوب بندہ بن جاتا ہے۔

مَوْلَایَ صَلِّ وَسَلِّمْ دَائِمًا اَبَدًا
عَلٰی حَبِیْبِکَ خَیْرِ الْخَلْقِ کُلِّھِمٖ

یا اس طرح پڑھیں:۔ یَارَبِّ صَلِّ وَسَلِّمْ دَائِمًا اَبَدًا
عَلٰی حَبِیْبِکَ خَیْرِ الْخَلْقِ کُلِّھِمٖ

مال میں برکت کیلئے

مال و دولت میں برکت اور زیادتی کے خواہش مند اگر اس درود پاک کو ہر نماز کے بعد پڑھیں تو انشاء اللہ مال میں برکت پیدا ہو جائے گی۔ درود پاک یہ ہے۔ اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ عَبْدِکَ وَرَسُوْلِکَ وَعَلَی الْمُؤْمِنِیْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ وَعَلَی الْمُسْلِمِیْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ ا

میاں بیوی میں محبت پیدا کرنے کیلئے

حضرت شیخ عبدالحق محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ لکھتے ہیں کہ یہ درود شریف مٹھائی پر پڑھ کر میاں بیوی کو کھلا دی جائے تو ان کے دل صاف ہو جاتے ہیں اور ان کی محبت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ درود شریف سے پہلے یہ آیت کریمہ تین بار پڑھیں:۔

لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَاعَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُوْفٌ الرَّحِیْم ط

پھر اس درود شریف کو سو مرتبہ پڑھیں

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّاٰلِہٖ وَاَصْحَابِہٖ کَمَاتُحِبُّ وَتَرْضٰی.

آنکھوں میں پانی آنا

اگر کسی کی آنکھوں میں پانی بھر آتا ہو اور لکھنے پڑھنے کے وقت مشکل پیش آتی ہو تو ایسی صورت میں ہر نماز کے بعد سات مرتبہ مندرجہ ذیل درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ شکایت دور ہو جائے گی اور آنکھوں کی روشنی میں بھی اضافہ ہو گا۔ درود شریف یہ ہے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ سَیِّدِ السَّاجِدِیْنَ وَسَیِّدِ الرَّاکِعِیْنَ سَیِّدِ الْکَامِلِیْنَ وَ عَلٰی اٰلِہٖ وَ اَصْحَابِہٖ اَجْمَعِیْنَ

ہر مشکل کے حل کیلئے

ا

حضرت مولانا محمد ابراہیم رضا خان جیلانی میاں رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ میں نے درود شریف کے یہ صیغے اَللّٰہُ رَبُّ مُحَمَّدٍ صَلّٰی عَلَیْہِ وَسَلَّمَا بعض تصانیف اور دلائل الخیرات سے اخذ کئے ہیں اور سفرِ حج سے پہلے ان کا ورد کیا کرتا تھا۔ حج کے دوران طوافِ کعبہ کے دوران حضرت خضر علیہ السلام سے ملاقات ہوئی۔ انہوں نے میرے سر پر ہاتھ رکھا اور بآواز بلند فرمایا ''نَحْنُ عِبَادُ مُحَمَّدٍ صَلّٰی عَلَیْہِ وَسَلَّمَا اس کے بعد میرا معمول ہو گیا کہ جب بھی اَللّٰہُ رَبُّ مُحَمَّدٍ صَلّٰی عَلَیْہِ وَسَلَّمَا پڑھتا ہوں تو اس کے ساتھ نَحْنُ عِبَادُ مُحَمَّدٍ صَلّٰی عَلَیْہِ وَسَلَّمَا بھی پڑھتا ہوں۔ یہ بہت ہی بابرکت درود شریف ہے۔ اس کا ورد گویا اسم اعظم کا ورد ہے۔ روزانہ سو مرتبہ پڑھنے سے ہر مشکل آسان ہو گی۔ کامیابی قدم چومے گی ناکامی کبھی دور سے بھی

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

محفل میں خصوصی دعا کریں۔ اس روحانی محفل میں شرکت کرنے کے چند دن بعد اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے ایک مسئلہ جو عرصہ تین ماہ سے اٹکا ہوا تھا حل ہو گیا ہے۔ اسی طرح باقی مسائل بھی حل ہو جائیں گے۔ انشاء اللہ۔ (ر۔ا، راولپنڈی)

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ، پھلت)

ذرائع ابلاغ سے فائدہ نہ اٹھانا محرومی ہے

انہوں نے بتایا کہ دونوں کے مسائل حل ہوگئے اور میں نے تو ان دونوں کو کلمہ بھی پڑھوا دیا ہے وہ بھی ملنے آنا چاہتے ہیں، کچھ نہ کرسکنے کا احساس رکھنے والے مسلمان بہانہ تلاش کرکے برادران وطن کو یاہادی یارحیم ہی پڑھنے کو بتادیں تو اپنی آنکھوں سے صفت ہادی کی کرشمہ سازی دیکھیں۔

ڈاکٹر صاحب نے ظہر اور عصر کی نماز پڑھی، دومرتبہ نماز پڑھتا دیکھ کر ان کو خیال ہوا کہ یہ کوئی مذہبی مسلمان ہیں، انہوں نے ڈاکٹر نصیر صاحب سے پہلے اپنا تعارف کرایا کہ وہ ایک ٹیچرس ٹریننگ کالج کی (جو بین الاقوامی شہرت رکھتا ہے) کی پرنسپل ہیں اور انہوں نے تعلیمات میں ایک زمانہ قبل پی ایچ ڈی کی ہے اور بعد میں اپنی گھریلو مشکلات کا ذکر کیا اور کچھ علاج بتانے کی درخواست کی۔

ڈاکٹر نصیر صاحب ہمارے اہم دعوتی رفقاء میں سے ہیں جو الحمدللہ پنجاب میں ایک زمانہ سے دعوتی خدمات میں لگے ہیں اور ارتدادزدہ علاقوں میں اپنے رفقاء کے ساتھ بڑی دردمندی کے ساتھ کام کررہے ہیں ہمارے رفقاء کا معمول ہے کہ اللہ کے نبی ﷺ کے **یا ھادی یارحیم** سے اللہ کو یاد کرنے پر حسن خاتمہ کی بشارت کی وجہ سے ہر مشکل اور ہر مسئلہ میں غیرمسلموں کو معنی بتا کر سوسو بار صبح کو **یاھادی یا رحیم** پڑھنے کو بتادیتے ہیں۔

الحمدللہ سینکڑوں تجربات ہیں کہ مشکل بھی حل ہوجاتی ہے اور رب کریم ہادی اور رحیم سے یاد کرنے والے کو ہدایت بھی نصیب فرمادیتے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب نے ان کو یاہادی یارحیم سوسو بار پڑھنے کو بتادیا کہ صبح کو یہ خیال کرکے کہ میرا مالک مجھے دیکھ رہا ہے اور سن رہا ہے بچی آستھا سے اشنان وغیرہ کرکے یہ پڑھ لیا کریں اور پھر اپنی مشکل کیلئے دعا کیا کریں۔ ڈاکٹر صاحب نے وہ پڑھنا شروع کیا اور دس روز کے بعد ان کا فون آیا کہ مشرف بہ اسلام ہوگئی ہیں اس کے بعد انہوں نے نماز پڑھنا شروع کی، کالج کے منیجر کو اس پر اعتراض ہوا، ڈاکٹر صاحبہ نے صاف طور پر بتادیا کہ اگر ان کے اسلام کے ساتھ وہ انہیں قبول کرتے ہیں تو ٹھیک ہے ورنہ ان کیلئے زمین بہت بڑی ہے، کالج کا وقار ان کے دم سے تھا، منیجر نے مجبوراً ان کو قبول کیا، ان کا اصرار تھا کہ وہ اس حقیر سے ملیں گی، موقع دیکھ کر میں نے ان کو دہلی بلایا، اس حقیر کی ہمشیرہ کے یہاں وہ مہمان تھیں، چار نمازیں انہوں نے وہاں پڑھیں، اپنی نماز بھی انہوں نے تصدیق کیلئے انہیں سنائی، سوفیصد صحیح تلفظ کے ساتھ مستحبات کی رعایت کرتے ہوئے سنت کے مطابق کس شان سے پڑھے لکھے کی طرح نماز سنائی اور ہمشیرہ کو یہ بھی بتایا کہ یہ سنت اور یہ خلاف سنت ہے۔ چار پانچ مہینے قبل مسلمان ہونے والی ایک نو مسلم کو اس طرح نماز پڑھتے دیکھ کر ان کو حیرت ہوئی اور معلوم کیا کہ کس عالم سے آپ نے نماز سیکھی انہوں نے بتایا کہ انٹرنیٹ سے میں نے نماز سیکھی، اس حقیر نے جب تفصیلات معلوم کیں تو خیال ہوا کہ قرب قیامت سے پہلے ہر کچے پکے گھر میں اسلام پہنچانے کا وعدہ کرنے والے ہادی رب نے ذرائع ابلاغ کی کیسی سہولیات دنیا میں پھیلا دی ہیں، ایک انگلی کے اشارے سے ہم کروڑوں لوگوں کے بستر تک بات پہنچاسکتے ہیں اور اس کے بعد تعلیم و تربیت کیلئے بھی ہمیں مشقت برداشت کرنے کی ضرورت نہیں، ذرائع ابلاغ کی کثرت سے اور ان دعوتی سہولیات سے ہم فائدہ نہ اٹھائیں تو یہ ہماری کس قدر محرومی کی بات ہے۔

ڈاکٹر موہنی نے ڈاکٹر نصیر کے سنائے ہوئے نسخے سو بار **یاھادی یارحیم** کو اپنے دو بھائیوں کو جو بڑے سائنسٹ ہیں اور اپنے ریسرچ کے سلسلہ میں سالوں سے تحقیق کررہے تھے بتایا۔ انہوں نے بتایا کہ دونوں کے مسائل حل ہوگئے اور میں نے تو ان دونوں کو کلمہ بھی پڑھوا دیا ہے وہ بھی ملنے آنا چاہتے ہیں، کچھ نہ کرسکنے کا احساس رکھنے والے مسلمان بہانہ تلاش کرکے برادران وطن کو **یاھادی یارحیم** ہی پڑھنے کو بتادیں تو اپنی آنکھوں سے صفت ہادی کی کرشمہ سازی دیکھیں۔

خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ کا خاص عمل

فرمایا: سورۂ فاتحہ ہر مرض کی دعا ہے، اگر کوئی شخص شدید بیماری میں مبتلا ہو تو فجر کی سنتوں اور فرضوں کے درمیان 41 بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر اس پر دم کیا جائے تو اللہ تعالیٰ اس کی برکت سے بیمار کو صحت دیگا۔ نبی کریم ﷺ کا ارشاد ہے "سورۂ فاتحہ ہر درد کو شفا بخشتی ہے۔" اس کے بعد خواجہ صاحب رحمۃ اللہ علیہ نے یہ حکایت بیان کی: "خلیفہ ہارون الرشید کسی سخت اور پیچیدہ بیماری میں مبتلا ہوگیا۔ بہت علاج کرائے مگر بے سود۔ خلیفہ نے اپنا وزیر فضیل بن عیاض رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں بھیجا کہ وہ خلیفہ کیلئے دعا کریں۔ وہ خلیفہ کے پاس تشریف لائے۔ اپنا ہاتھ خلیفہ کے جسم پر رکھا اور اکتالیس بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر اس کے چہرے پر دم کیا۔ اللہ پاک کے فضل و کرم سے وہ اسی وقت ٹھیک ہوگیا۔ **(فاطمہ بتول، لاہور)**

(بقیہ: قارئین! اپنی امانت مجھ سے لے لیں)

اور اس کے علاوہ یہ نسخہ دماغی طاقت کیلئے یادداشت کیلئے پرانے نزلے زکام کیلئے، کیرے ریشہ بلغم کیلئے، دماغی کمزوری کیلئے یا جن کی نظر کمزور ہوچکی ہے، جن کی عینک کا نمبر بڑھ رہا ہوں، عینک ہر سال یا ہر تین مہینے کے بعد بدلتے ہیں ان کیلئے بہت مفید ہے۔ یہ فوائد مجھے بعد میں میرے مشاہدات کے بعد ملے۔ باباجی نے مجھے صرف یہ نسخہ رعشہ کیلئے بتایا تھا۔ قارئین! یہ چھوٹا سا نسخہ اور یہ مختصر سا فارمولا اپنی نظیر آپ ہے اور نہایت فائدہ مند ہے۔ آپ کی نذر کرتا ہوں استعمال کریں۔ چند دن چند ہفتے چند مہینے آپ کو اس کے بہت خوبصورت بہترین نتائج ملیں گے۔ آج تک میں نے جس کو دیا ہو، جس کو بتایا ہو، بنا کر دیا ہو یا دیا ہو اس نے فائدہ نہ محسوس کیا ہو مجھے ہرگز یاد نہیں۔ نسخہ بنائیں، استعمال کریں اور فقیر کو دعائیں دیں۔ کچھ عرصہ پہلے کی بات ہے کہ میں ایک بہت بڑے ملک کے معروف معالج مایہ ناز کمپنی کے مالک کے پاس مہمان تھا۔ موصوف نے بہت خلوص سے مجھے کچھ تجربات دیئے۔ کچھ طبی مشاہدات دیئے اور کچھ ایسی چیزیں دیں جو ان کے بقول بہت کم لوگوں کو خبر ہے اور نہ میں کسی کو دے سکتا ہوں۔ قارئین! میرے پاس جو کچھ بھی ہے وہ آپ کا حق ہے وہ آپ کیلئے ہے اور آپ کی خدمت ہے۔ وہ آپ کی خدمت میں عرض کرتا ہوں۔ انہوں نے حب زعفرانی کے نام سے ایک نسخہ دیا۔ لکھتے ہیں زعفران خالص ایک تولہ، اجوائن دیسی دو تولے، لہسن دیسی چھلا ہوا تین تولے، ان تمام ادویات کو لہسن دیسی کے پانی میں کھرل کرلیں جب سب چیزیں یکجان ہوجائیں گولی بننے کے قابل ہوں تو چنے کے برابر گولیاں بنائیں یا بڑے سائز کے کیپسول بھرلیں۔ ایک کیپسول صبح ایک کیپسول دوپہر ایک کیپسول شام عرق گاؤزبان اور عرق کاسنی کیساتھ دیں اور دوپہر کو نیازبو جسے عام طور پر پیری بھی کہتے ہیں سفید زیرہ، اجوائن دیسی کی چٹنی ٹیبل سپون استعمال کرائیں اور سوتے وقت بھی۔ موصوف کہنے لگے وہ لوگ جن کی دل کی شریانیں بند ہوں، بائی پاس کیلئے واضح سرٹیفکیٹ دے دیا گیا ہو، دل کا ہر مرض انہیں لاحق ہو، دو قدم چل نہ سکتے ہوں سانس پھول جاتا ہو، دل ہر وقت مردہ مردہ رہتا ہو، طبیعت ٹوٹی اور بجھی رہتی ہو یا ایسے لوگ جو دل کے امراض کیلئے بائی پاس یا سرجری کو ضروری سمجھتے ہوں وہ یہ دوائی کچھ عرصہ کھا کے دیکھیں۔ حتیٰ کہ جن کی شریانوں میں خون اٹک گیا ہو، شریانیں بند ہوگئیں ہوں، والو بند ہوگئے ہوں ان کیلئے یہ چٹنی اور دوائی نہایت مفید ہے۔ بہت زبردست۔ انہوں نے ایک اور نیا انکشاف کیا فرمانے لگے شوگر کے وہ مریض جن کو گینگرین ہوگئی ہو اور گینگرین سے ان کے پاؤں کٹنے کے قابل ہوگئے ہوں۔ معالجین نے کہہ دیا ہو کہ یہ پاؤں ہر حالت میں کٹیں گے یا جسم کا وہ حصہ کٹے گا۔ ان کیلئے یہ چٹنی اور دوائی بہت مفید ہے اور نیازبو کے پتوں کو کوٹ کر صبح شام ان زخموں پر باندھیں، زخم صاف ہوگا، پیپ ختم ہوگی، انفیکشن ختم ہوگا اور ہمیشہ کیلئے زخم بھر جائے گا حتیٰ کہ نشان تک باقی نہ رہے گا۔

لیجئے قارئین! ایک اور تحفہ اور بے نظیر تحفہ جو کہ آپ کی خدمت میں نذر کرتا ہوں ہوا یہ کہ ایک بوڑھی خاتون اکثر اپنے گھر بھر کے علاج معالجے کیلئے آتی رہتی ہیں اب بھی آرہی ہیں۔ ایک دفعہ فرمانے لگیں کہ ہمارے نانا ایک دوائی بنا کر لوگوں کو دیا کرتے تھے لوگ دور دور سے وہ دوائی لینے آتے تھے اور جس کو بھی دیا اس کو خوب فائدہ ہوا میں نے پوچھا کہ وہ دوائی مجھے بھی بتادیں۔ فرمانے لگیں وہ دوائی دراصل کان کے امراض کیلئے اور کان کی خارش کیلئے تھی اور میرے نانا تو کان کی خارش کیلئے دیتے تھے لیکن وہ بوڑھی خاتون بتانے لگی میں نے تو اس کو عام خارش کیلئے بھی بہت استعمال کیا اور جس کو بھی دیا اس کو بہت فائدہ ہوا۔ اس کا نسخہ یوں بتایا۔ تیل سرسوں میٹھا آدھا پاؤ، بورک ایسڈ تین تولہ، کاربا لک ایسڈ 5 گرام۔ تیل گرم کرکے اس میں بورک ڈال کر خوب گھوٹیں ٹھنڈا ہونے پر کاربالک ڈال کر مزید گھوٹیں دوائی تیار ہے۔ جب بھی استعمال کریں ہلا کر استعمال کریں اور فائدہ اٹھائیں۔ کان میں چند قطرے صبح، دوپہر شام ڈالیں یا اس کو جسم پر مالش کریں۔ ہر قسم کے کان کے مرض مثلاً دکھن، درد، ریشہ، کان کا بہنا نہایت مؤثر اور مفید دوا ہے اور جسم پر خارش ہو تو اس کیلئے ایک لاجواب تحفہ ہے۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

64

ماہنامہ

عبقری

لاہور

®

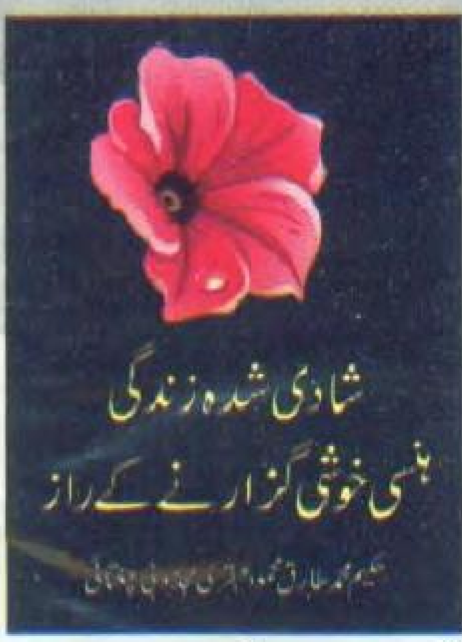
اکتوبر 2011ء بمطابق ذیقعد 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی



گھریلو پُرامن زندگی اور میاں بیوی میں خوشیوں کے راز اس کتاب میں

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا کلینک / درس شیڈول
تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی صفحات ملاحظہ فرمائیں

- ☆ سورۃ البقرہ سے شرطیہ انشاءاللہ بیٹا پائیں
- ☆ دعا نے ظالموں کو قدموں میں گرادیا
- ☆ کیلا صرف پھل نہیں، دوا بھی غذا بھی
- ☆ گھر کی آرائش نہایت سستے داموں
- ☆ چقندر سے لاعلاج امراض کا خاتمہ
- ☆ خوشبو سے پیچیدہ امراض کا علاج
- ☆ اس چڑیل نے مجھے تھپڑ کیوں مارا
- ☆ چہرے کی جھریاں ہمیشہ کیلئے ختم
- ☆ کچن سے خوشگوار صحت کا انداز
- ☆ ڈینگی کا سستا گھریلو علاج
- ☆ یادداشت بڑھانے کے گُر
- ☆ بندش اور جادو ختم ہوگیا

احمد پور شرقیہ (ضلع بہاولپور)
16 اکتوبر بروز اتوار 2011ء (درس)
درس صبح 10 بجے بمقام
راؤ کالونی مسجد انوار مدینہ

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ (القرآن)

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 4 | جلد نمبر 6 | اکتوبر 2011ء بمطابق ذیقعد 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصّبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

اکتوبر 2011ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

ماہنامہ عبقری اب جیل میں بھی

عبقری ٹرسٹ زندگی کے مختلف شعبہ ہائے جات میں شب وروز خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ اب اس شعبے کو مزید وسعت دیتے ہوئے جیل کے قیدیوں کی اصلاح، تربیت اور ان کی جسمانی اور روحانی صحت کیلئے ماہنامہ عبقری مختلف جیلوں میں بالکل مفت پہنچایا جائے گا۔ امید ہے قارئین اور مخیّر حضرات عبقری ٹرسٹ کے معاون بنیں گے۔ بہتر مشورہ یا انتظامی طور پر معاونت کرنے والے بھی ضرور رابطہ کریں۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائے گی۔ یہ شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری سٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہاسال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج دیں بلٹی کردیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ)

خط وکتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384,37597605,37586453

روح نکلنے میں آسانی کیلئے

حضرت فضالہ بن عبید اور حضرت تمیم داری رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جوشخص کسی رات دس آیات کی تلاوت کرے اس کے لئے ایک قنطار لکھا جاتا ہے اور قنطار دنیا اور دنیا میں جو کچھ ہے ان سب سے بہتر ہے۔

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جوشخص رات میں آیتوں کی تلاوت کرے وہ اس رات اللہ تعالیٰ کی عبادت سے غافل رہنے والوں میں شمار نہیں ہوگا۔☆حضرت ابوموسیٰ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا میں اشعر قوم کے رفقاء سفر کے قرآن کریم پڑھنے کی آواز کو پہچان لیتا ہوں جبکہ وہ اپنے کاموں سے واپس آکر رات کو اپنی قیام گاہوں میں قرآن شریف پڑھتے ہیں اور رات کو ان کے قرآن مجید پڑھنے کی آواز سے ان کی قیام گاہوں کو بھی پہچان لیتا ہوں اگرچہ دن میں، میں نے انہیں ان کی قیام گاہوں پر اترتے ہوئے نہ دیکھا ہو۔

حضرت معقل بن یسار رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: قرآن کی چوٹی یعنی سب سے اونچا حصہ سورۃ البقرہ ہے۔ اس کی ہر آیت کے ساتھ 80 فرشتے اترے ہیں اور آیت الکرسی عرش کے نیچے سے نکالی گئی ہے یعنی اللہ تعالیٰ کے خاص خزانے سے نازل ہوئی ہے پھر اس کو سورۃ البقرہ کے ساتھ ملا دیا گیا یعنی اس میں شامل کرلیا گیا اور سورۂ یٰسین قرآن کریم کا دل ہے۔ اس کو جوشخص اللہ تعالیٰ کی رضا اور آخرت کی نیت سے پڑھے تو یقیناً اس کی مغفرت کر دی جائے گی۔ لہٰذا اس سورت کو اپنے مرنے والوں کے پاس پڑھا کرو۔ (تاکہ روح کے نکلنے میں آسانی ہو) **(مسند احمد)**

حضرت جندب رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا جس شخص نے سورۂ یٰسین کسی رات میں اللہ تعالیٰ کی رضا کیلئے پڑھی تو اس کی مغفرت کر دی جاتی ہے۔ **(ابن حبان)**

حال دل

کئی لوگ اپنے تجربات کچھ اس طرح بیان کرتے ہیں کہ جی چاہتا ہے کہ یہ عبقری کے ذریعے لاکھوں قارئین تک پہنچاؤں اور واقعی ہی پہنچا کر خوشی ہوتی ہے میری طبیعت کا ایک حصہ ہے کہ جتنا مجھے مخلوق تک فیض پہنچا کر دل خوش ہوتا اتنا زیادہ چھپا کر نہیں۔

ایک صاحب بتانے لگے کہ میں بہت زیادہ پرانا بواسیر کا مریض تھا' ہر علاج کروا چکا لیکن بواسیر سے کبھی فائدہ نہیں ہوا' کسی نے مجھے بتایا کہ جب بھی کوئی نماز پڑھوں فرض ہوں سنتیں ہوں' پہلی رکعت میں سورۂ قریش اور دوسری رکعت میں سورۃ النصر پڑھو۔ کہنے لگے میں نے مسلسل یہ عمل کرنا شروع کردیا' اور کرتا رہا اور عمل کی برکت سے اللہ جل شانہٗ نے میرے ساتھ یہ کیفیت کی کہ بواسیر بالکل ختم ہوگئی' حتیٰ کہ میں نے یہ عمل خود بے شمار لوگوں کو بتایا اور جس نے بھی کیا اس کی بواسیر بھی ہمیشہ کیلئے ختم ہوگئی۔

ایک صاحب اور بتانے لگے کہ ہمارے ہاں قریب مسجد میں ایک قاری صاحب شوگر کا دم کرتے ہیں' وہ کسی کو اپنا دم نہیں بتاتے تھے لوگ دور دور سے آکر ان سے دم کرواتے تھے جب وہ نہ ہوتے تو ان کا بیٹا دم کرتا تھا اور مخلوق خدا کو فائدہ پہنچتا تھا۔ ایک دفعہ ان کے بیٹے سے میں نے پوچھا تو کہنے لگا کہ میں نے آج تک کسی کو نہیں بتایا چونکہ آپ میری خدمت کرتے ہیں اس لیے آپ کو بتا رہا ہوں۔ میں صرف سورۃ القدر اور سورۃ الکوثر تین تین بار پڑھ کر دم کر دیتا ہوں اور جس کو بھی پانی دم کرکے دیتا ہوں اس کو شوگر میں بہت فائدہ ہوتا ہوں۔ قارئین! شوگر کے بے شمار مریضوں نے جب یہ خود دم کرکے پیا ان کو اتنا فائدہ ہوا جو شاید بیرون ملک کی مایہ ناز شوگر کی دوا سے بھی نہ ہوا اور جتنا ان کی دم کرنے کی مدت بڑھتی گئی اتنا نفع اور فائدہ بڑھتا گیا۔ اس دم کی انہوں نے مجھے اجازت دی اور آج میں سب قارئین کو اجازت دیتا ہوں۔

شوگر کے مریض خود بھی دم کریں یا کسی کو پانی پر دم کرکے دے سکتے ہیں۔ بہت بہترین نسخہ ہے' اس عمل سے ہمیشہ کیلئے شوگر کی دوائیں بند ہو جاتی ہیں اور مریض ہمیشہ کیلئے تندرست ہو جاتا ہے۔ آپ بھی آزمائیں اور اللہ پاک کی اس نعمت سے فائدہ اٹھائیں۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

کثرت فانی برکت جاودانی: (الف) ارے کثرت چلی جاتی ہے یاد رکھنا کثرت کے جاتے پل نہیں لگتا۔ ساری زندگی کی پونجی ایک پل میں چاہے لٹوا دے لگوا دے وہ (اللہ) قادر ہے۔ ایک صاحب کو دیکھا بیٹھے تھے دیوار گری ٹانگ ٹوٹ گئی۔ ٹانگ کو بندھوایا پھر اس میں اور خرابی ہوگئی، اور ہوگئی علاج کرتے کرتے ساری زمین بک گئی، مکان بک گیا ساری جائیداد بک گئی اور اب یہ حال ہے کہ وہ ایسی جگہ پڑے ہوتے ہیں کہ کوئی انہیں روٹی دے دیتا ہے۔

(ب) میں ایک دن ایک گلی سے گزر رہا تھا، قبرستان سے اپنے والدین کی تربت پہ فاتحہ کہہ کر آرہا تھا، گلی سے گزرا ایک صاحب کو دیکھا نالی تھی گلی کی سائیڈ پہ دیوار کے ساتھ اس کے اوپر چارپائی پڑی ہوئی تھی سخت گرمی تھی میں نے اس صاحب کو کہا یہ وہ نہیں ہے جو پکائی کرتا تھا سرکاری دیگیں پکاتا تھا اسے سرکاری کہتے تھے۔ کہنے لگے: ہاں وہی ہے میں نے پوچھا۔ یہ یہاں کیوں ہے؟ کہنے لگے: اولاد نے نکال دیا ہے اس لیے گلی میں پڑا ہوا ہے اور لوگ اس کو روٹی دے دیتے ہیں۔ زندگی کا سامان دے دیتے ہیں۔ ایک دم خیال آیا مجھے ایک صاحب نے بتایا تھا۔ کہ یہ بیک وقت بارہ بارہ پندرہ پندرہ دیگیں پکاتا تھا۔ دوڑتا دوڑتا اور میں نے بھی دیکھا تھا اور گرم گرم جلتی ہوئی دیگ پر یوں پاؤں رکھ کے یوں ہلاتا تھا۔ پتہ نہیں پاؤں جلتا ہی نہیں تھا اس کا اور جوتی ویسے بھی کم پہنتا تھا۔ اور اس کے پاس بڑا مال تھا سب کچھ لٹ گیا کیوں لٹا؟ اس نے برکت کی محنت نہیں کی برکت والے اعمال اختیار نہیں کیے کثرت والے اعمال اختیار کیے۔

کثرت کی ہوس کا عبرتناک انجام: میری والدہ رحمۃ اللہ علیہا فوت ہوئیں تعزیت کیلئے ایک شخص آئے تعزیت کے بعد کہنے لگے: دیکھ تجھے ایک چیز بتارہا ہوں پہلے تیرے والد گئے اب والدہ بھی چلی گئیں اب تجھ سے وہ دعاؤں کا سلسلہ ختم ہو گیا۔ بس ایک چیز کرلینا میں اپنی زندگی کا تجربہ بتارہا ہوں۔ مجھے کہنے لگے: میں نے بہت کمایا اتنا کمایا اتنا کمایا دوسرے شہروں میں میری دکانیں ہوتی تھیں اور بہت آمدنی ہوتی تھی، اولاد کو پڑھایا اعلیٰ تعلیم دلائی۔۔۔۔۔ کوشش کی اچھا کسب ہو۔۔۔۔۔ اچھی تعلیم ہو۔۔۔۔۔ اچھا سلیقہ ہو۔۔۔۔۔ زندگی گزارنے کا اچھا انداز ہو اور دن رات انہیں کھلایا میں نے ان کی ہر چاہت پہ لبیک کہا اور انہیں پلایا اور اولاد جب جوان ہوگئی تو ان کی شادیاں کیں لیکن اب کی صورت حال یہ ہے (اپنی پیٹھ پر سے کپڑا اٹھا کر دکھانے لگا) اس کی پیٹھ پر نیل پڑے ہوئے تھے، سب مل کر اکثر مجھے مارتے ہیں۔

کتے کی قدر ہے لیکن میرے گھر میں میری کوئی حیثیت اور قدر نہیں ہے، پھر خود ہی کہنے لگے: مجھے پتہ ہے ایسا میرے ساتھ کیوں ہوا ہے، اس کی وجہ یہ ہے کہ میں نے اللہ کی نافرمانیاں کیں۔ کوئی حلال، کوئی حرام، کوئی جائز، کوئی ناجائز میں نے نہیں دیکھا اعمال کو چھوڑتا گیا۔ نماز چھوٹ گئی کوئی بات نہیں ذکر چھوٹ گیا کوئی بات نہیں تسبیح چھوٹ گئی تو کوئی بات نہیں، جمعہ کی نماز چھوٹ گئی پرواہ نہیں کی۔

میری زندگی یونہی گزرتی رہی، میرے برکت والے اعمال ختم ہوتے رہے۔ کثرت آتی رہی برکت نہ رہی اور کثرت بہت رہی۔ خوب کمایا بہت زیادہ کمایا۔ شادیاں بھی کیں، بہت کمایا اور کماتے کماتے اب عالم یہ ہے کہ وہ اولاد جس کے لئے میں نے سب کچھ کمایا تھا انہوں نے مجھے گھر سے نکال دیا ہے پھر عدالت میں جاکر میں نے مقدمہ کیا۔ پھر پنچایت میں معززین اکٹھے ہوئے انہوں نے مقدمہ ہٹوا دیا اور اب میری اولاد مجھے دودھ اور بیس روپے روزانہ اور ایک کمرہ جہاں کتا باندھتے تھے اس کو صاف کرنے کے بعد کہنے لگے: اس کو دے دو یہاں رہا کرے اور اب میں وہاں رہتا ہوں اور مجھے بیس روپے روزانہ دیتے ہیں اور میرا کچھ نہیں بچا۔

اس کی وجہ یہ ہے کہ میں نے برکتوں والے اعمال کو نہیں کیا تھا۔ اعمال کی بجائے مال حاصل کیا اس میں کثرت آئی میں سمجھ بیٹھا کہ شاید مجھے سب کچھ مل گیا ہے میں دیوانہ تھا پاگل تھا اور جب سب کچھ لٹ گیا تو جینے کا خیال آیا اور مجھے اب خیال آیا کہ میں نے ساری زندگی اپنی ضائع کردی۔

برکتیں ڈھونڈیں اور فکر کریں: برکتوں والے اعمال کو سوچیں! ڈھونڈیں اس کی طلب کریں جب تک برکت ہمارے ساتھ شامل نہیں ہوگی اس وقت تک ہمارا کام نہیں بن سکتا۔ میں سچ کہہ رہا ہوں اللہ پاک چاہے گا تو برکت ہوگی، اللہ پاک کی طرف سے برکت کے فیصلے اور اللہ نے برکت اپنے نام میں، اللہ پاک نے برکت اعمال میں، اللہ جل شانہٗ نے برکت سرور کونین ﷺ کی سنتوں میں، طریقوں واحکامات میں رکھی ہوئی ہے۔ برکت تو ان ہی چیزوں سے ملے گی وگرنہ نہیں ملے گی۔

سود کی کثرت سے دھوکا نہ کھائیں: یاد رکھنا! سود میں چمک، زرق و برق تو ہے لیکن اس کا انجام بربادی ہے، نسلوں کے اندر بربادی۔ ا) ایک دن میں عبقری کے دفتر میں تھا ہمارے دوست پڑوسی ہیں طارق صاحب وہ بیٹھے ہوتے تھے مجھ سے اپنے ایک دوست کے بارے میں کہنے لگے: یہ ہمارے دوست ہیں یہ بہت پریشان ہیں، سال ہا سال سے معاشی نظام ان کا برباد ہوگیا ہے۔ میں نے ایسے ہی پوچھا کہ کہیں سود شامل ہوا ہے کہنے لگے: شامل نہیں ہوا، نیت کی تھی اللہ نے یہاں تک پہنچا دیا سود میں بڑی کثرت محسوس ہوتی ہے۔

۲) میں نے ایک صاحب کے یہاں دیکھا کہ ان کی گلی میں پنکھے لگے ہوئے ہیں گلی میں ماربل اعلیٰ قسم کا لگا ہوا ہے، جہاں لوگ آتے جاتے گزرتے ہیں، میں حیران کہ گلیوں میں پنکھے لگے ہوئے ہیں اور گلی میں ماربل لگا ہوا ہے۔ پھر کیا ہوا۔۔۔۔۔؟ ہمارے دوست ہیں بخاری صاحب وہ مجھ سے کہنے لگے کہ وہ تباہ ہوگیا۔ میں نے کہا: وہ کیسے؟ کہنے لگے: اس کا سود کا سلسلہ تھا بڑا طویل۔ اب اس کے گھر کا کچھ نہیں بچا۔ ارے سود میں کثرت ہوتی ہے، برکت نہیں ہوتی۔ (جاری ہے)

درس سے پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ ایک دفعہ میں گھر میں بیٹھی تھی کہ میری ہمسائی آئی اور اس نے مجھے جمعرات کے درس کی دعوت دی، میں نے پہلے تو ناکردی لیکن اس کے اصرار پر اس کے ساتھ درس میں شریک ہوئی۔ حکیم صاحب! میں جیسے ہی درس میں پہنچی ایک عجیب سا سکون ملا اور درس سننے کے بعد ذکر واذکار کے بعد دعا میں رو رو کر اللہ سے توبہ کی اور جب درس سن کر باہر نکلی تو ایسے لگ رہا تھا جیسے میرا جسم بالکل ہلکا پھلکا ہوگیا ہے گناہوں کی ساری گندگی دھل چکی ہے۔ اُس درس کے بعد آج تک میرا کوئی درس مس نہیں ہوا۔ درس کی وجہ سے میری زندگی میں بہت سی تبدیلیاں آچکی ہیں۔ الحمدللہ اب میں باپردہ ہوکر گھر سے نکلتی ہوں اور ہر وقت آپ کے بتائے ہوئے ذکر واذکار کرتی ہوں۔ **(ایمان علی، لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے
حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

ابن سرور محمد اویس

صحابیؓ جن سے فرشتے بھی حیا کرتے تھے

اہل وعیال کے ساتھ اللہ کے راستہ میں سب سے پہلے ہجرت کرنے کا اعزاز حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کو حاصل ہوا۔حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے اپنی زوجہ محترمہ حضرت رقیہ بنت محمد ﷺ کے ہمراہ حبشہ کی طرف ہجرت کی۔

عثمان رضی اللہ عنہ سے فرشتے بھی حیا کرتے ہیں

ایک مرتبہ حضور اقدس ﷺ اپنے گھر میں تشریف فرما تھے اور حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا آپ کے پیچھے بیٹھی ہوئی تھیں کہ اتنے میں حضرت ابوبکر رضی اللہ عنہ اجازت لے کر اندر آئے پھر حضرت عمر رضی اللہ عنہ اجازت لے کر اندر آئے پھر حضرت سعد بن مالک رضی اللہ عنہ اجازت لے کر اندر آئے پھر حضرت عثمان رضی اللہ عنہ اجازت لے کر اندر آئے۔اس دوران حضور سرور کونین ﷺ گفتگو میں مصروف تھے اور آپ کی پنڈلیاں کھلی ہوئی تھیں۔(باقی حضرات کے آنے پر تو حضور ﷺ ایسے ہی رہے لیکن) حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے آنے پر تو حضور ﷺ نے اپنی ٹانگوں پر کپڑا ڈال دیا اور اپنی زوجہ محترمہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے فرمایا ذرا پیچھے ہٹ کر بیٹھ جاؤ' یہ حضرات حضور ﷺ سے کچھ دیر بات کر کے چلے گئے تو حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے عرض کیا: ''یا نبی اللہ ﷺ میرے والد اور دوسرے صحابہ کرام رضی اللہ عنہ اندر آئے تو آپ ﷺ نے نہ تو پنڈلیوں پر کپڑا ڈالا اور نہ ہی مجھے پیچھے ہونے کا کہا (اس کی کیا وجہ ہے؟) حضور ﷺ نے فرمایا ''کیا میں اس آدمی سے حیا نہ کروں جس سے فرشتے حیا کرتے ہیں؟ اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے فرشتے عثمان سے ایسے ہی حیا کرتے ہیں جیسے اللہ رسول اللہ ﷺ سے کرتے ہیں۔اگر وہ اندر آتے اور تم میرے پاس بیٹھی ہوتیں تو نہ وہ بات کر سکتے اور نہ واپس جانے تک سر اٹھا سکتے۔'' (یہ واقعہ پردے کا حکم نازل ہونے سے پہلے کا ہے) (حیاۃ الصحابہ)

سفارت رسول ﷺ کا اعزاز

صلح حدیبیہ کے موقع پر حضور ﷺ نے حضرت عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ کو قریش کی طرف یہ پیغام دے کر بھیجا کہ ہم کسی سے لڑنے کیلئے نہیں آئے بلکہ ہم تو صرف عمرہ کے ارادہ سے آئے ہیں اور حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کو حکم دیا کہ ان کو اسلام کی دعوت دیں اور یہ کہ مکہ میں جو مومن مرد اور عورتیں ہیں ان کو جا کر فتح کی خوشخبری سنا دیں اور انہیں بتا دیں کہ عنقریب اللہ تعالیٰ مکہ میں اپنے دین کو ایسا غالب کر دے گا کہ کسی کو اپنا ایمان چھپانے کی ضرورت نہ ہوگی۔یہ خوشخبری دے کر آپ ﷺ مکہ کے کمزور مسلمانوں کو (ایمان پر) مضبوط کرنا چاہتے تھے۔

حضرت عثمان رضی اللہ عنہ سفیر رسول اللہ ﷺ کی حیثیت سے تشریف لے گئے' مکہ کے راستہ میں مقام بلدح میں ان کا قریش کی ایک جماعت پر گزر ہوا' قریش نے پوچھا' کہاں جارہے ہو؟ انہوں نے کہا ''حضور ﷺ نے مجھے تمہارے پاس بھیجا ہے تاکہ میں تمہیں اللہ کی طرف اور اسلام کی طرف دعوت دوں اور تمہیں بتادوں کہ ہم کسی سے لڑنے کیلئے نہیں آئے ہیں' ہم تو صرف عمرہ کرنے کیلئے آئے ہیں۔'' جیسے حضور ﷺ نے فرمایا تھا انہوں نے ویسے ان کو دعوت دی۔ان کی دعوت کے جواب میں قریش مکہ نے کہا ''ہم نے آپ کی بات سن لی ہے جاؤ اپنا کام کرو' ابان بن سعید بن عاص نے کھڑے ہو کر حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کا استقبال کیا اور ان کو اپنی پناہ میں لیا اور اپنے گھوڑے کی زین کسی اور حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کو اپنے گھوڑے پر آگے بٹھا کر مکہ لے گئے۔

حضور ﷺ کے اعتماد یافتہ صحابی

جب حضرت عثمان رضی اللہ عنہ صلح حدیبیہ کے موقع پر مکہ تشریف لے گئے تو نظروں کے سامنے بیت اللہ شریف تھا جس کے طواف کی حسرت میں سب مسلمان آئے تھے' قریش نے حضرت عثمان رضی اللہ عنہ سے کہا کہ ''ہم محمد (ﷺ) اور ان کے ساتھیوں کو مکہ میں داخل ہونے کی اجازت نہیں دیں گے البتہ اگر تم چاہو تو عمرہ کر سکتے ہو۔'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے جواب دیا ''یہ کیسے ہوسکتا ہے کہ میرے آقا (ﷺ) تو عمرہ نہ کریں اور میں کرلوں۔'' اور پھر مقام حدیبیہ میں صحابہ کرام رضی اللہ عنہم نے حضور ﷺ سے عرض کیا ''یارسول اللہ! ﷺ عثمان کس قدر خوش قسمت ہیں کہ سب سے پہلے حرم کعبہ کا طواف کر رہے ہوں گے۔'' یہ خیال سن کر حضور ﷺ نے ارشاد فرمایا ''نہیں جب تک میں طواف نہ کروں' عثمان بھی نہیں کریں گے۔'' (یہ ارشاد حضرت عثمان رضی اللہ عنہ پر حضور نبی کریم ﷺ کے کامل اعتماد کی نشاندہی کرتا ہے)

حضرت عثمان رضی اللہ عنہ پہلے مہاجر

اہل وعیال کے ساتھ اللہ کے راستہ میں سب سے پہلے ہجرت کرنے کا اعزاز حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کو حاصل ہوا۔

حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے اپنی زوجہ محترمہ حضرت رقیہ بنت محمد ﷺ کے ہمراہ حبشہ کی طرف ہجرت کی۔حضور ﷺ کے پاس ان کی خیر خبر آنے میں دیر ہوگئی' بالآخر قریش کی ایک عورت آئی اور اس نے کہا ''اے محمد! (ﷺ) میں نے آپ کے داماد کو دیکھا ہے اور ان کے ساتھ ان کی بیوی بھی تھی۔'' حضور ﷺ نے استفسار فرمایا ''تم نے ان دونوں کو کس حال میں دیکھا ہے؟'' اس عورت نے جواب دیا ''میں نے عثمان رضی اللہ عنہ کو دیکھا کہ انہوں نے اپنی بیوی کو ایک کمزور گدھے پر سوار کر رکھا تھا اور خود اس کو پیچھے سے ہانک رہے تھے۔'' حضور ﷺ نے انہیں دعا دیتے ہوئے فرمایا ''اللہ تعالیٰ ان دونوں کے ساتھ رہے'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ لوط علیہ السلام کے بعد پہلے شخص ہیں جنہوں نے اپنے اہل وعیال کے ساتھ اللہ کے راستہ میں ہجرت کی۔

طلب علم کا جذبہ اور شوق

ایک مرتبہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے پاس سے گزرے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے انہیں سلام کیا۔انہوں نے سلام کا جواب نہ دیا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کے پاس گئے اور ان سے حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کی شکایت کی (چنانچہ یہ دونوں حضرات حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے پاس آئے) حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ نے حضرت عثمان رضی اللہ عنہ سے کہا ''آپ نے اپنے بھائی کے سلام کا جواب کیوں نہیں دیا؟'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے کہا ''اللہ کی قسم! میں نے ان کے سلام کو سنا ہی نہیں' میں تو کسی گہری سوچ میں گم تھا'' حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ نے پوچھا ''آپ کیا سوچ رہے ہیں؟'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے کہا میں شیطان کے خلاف سوچ رہا تھا کہ وہ ایسے برے خیالات میرے دل میں ڈال رہا تھا کہ زمین پر جو کچھ ہے وہ سارا مجھے مل جائے تو پھر بھی میں ان برے خیالات کو زبان پر نہیں لاسکتا۔جب شیطان نے میرے دل میں یہ برے خیالات ڈالنے شروع کیے تو میں نے دل میں کہا اے کاش! میں حضور ﷺ سے پوچھ لیتا کہ ان شیطانی خیالات سے کیسے نجات ملے گی؟'' حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''میں نے حضور اقدس ﷺ سے پوچھا تھا کہ شیطان جو برے خیالات ہمارے دلوں میں ڈالتا ہے ان سے ہمیں کیسے نجات ملے گی؟ حضور ﷺ نے فرمایا تھا ان سے نجات تمہیں اس طرح ملے گی کہ تم وہ کلمہ کہہ لیا کرو جو میں نے موت کے وقت اپنے چچا (ابوطالب) کو پیش کیا تھا لیکن انہوں نے یہ کلمہ نہیں پڑھا تھا (اور وہ کلمہ یہ ہے لا الہ الا اللہ محمد رسول اللہ)۔(حیاۃ الصحابہ)

بچوں کا نظم وضبط اور والدین کا سمجھوتہ

ڈاکٹر فوزیہ، لاہور

بچوں کے نظم وضبط کے حوالے سے ماں باپ کے درمیان ایک باہم سمجھوتہ ہونا چاہیے۔ آپ کے جو بھی مسائل ہوں بچے کے سامنے آپ کو ایک بن کر پیش ہونا چاہیے۔ بچے کی موجودگی میں بالکل لڑائی جھگڑا نہ کریں

جہاں یہ بات پوری دنیا میں مانی جاچکی ہے کہ سختی بچے کیلئے نقصان دہ ہوتی ہے وہاں ہم میں سے بہت کم لوگوں کو اس بات کا ادراک ہے کہ بہت زیادہ نرمی بھی بچے کی شخصیت پر اتنے ہی منفی اثرات ڈالتی ہے بچے کو ہر کام کرنے کی مکمل آزادی دینا بھی درست نہیں۔ والدین کیلئے ضروری ہے کہ وہ بچوں کی رہنمائی کریں اور انہیں غیر ضروری سرگرمیوں میں حصہ لینے سے روکیں۔ بچے کو جسمانی سزا دینی چاہیے یا نہیں؟ یہ سوال ہمیشہ اساتذہ اور والدین کے درمیان متنازعہ رہا ہے۔ اکثر والدین کے خیال میں تھوڑی بہت سزا اس وقت ضروری ہوجاتی ہے جب حالات کنٹرول سے باہر ہونے لگیں جبکہ دوسرے سزا کو بچے کو قابو کرنے کا متبادل نہیں سمجھتے۔

سزا دینے سے پہلے اساتذہ کو چند نکات ذہن نشین رکھنا ضروری ہیں: والدین اور اساتذہ کو بچے کے سامنے ایک بہترین مثال بن کر رہنا چاہیے۔ بچے کو سزا دینے سے پہلے اسے اپنی غلطی کو بیان کرنے کا مکمل موقع فراہم کرنا چاہیے۔

ایک بچے کو بتانا چاہیے کہ اسے کس وجہ سے سزا دی گئی ہے۔

ان معیار میں مستقل مزاجی ہونی چاہیے۔ یہ غلط ہے کہ کسی غلطی پر ایک دفعہ تو سخت سزا دیدی جائے لیکن دوسری دوسری دفعہ چھوڑ دیا جائے بلکہ اس کی تعریف کردی جائے۔ (مثلاً ایک بچہ کو اکثر جھوٹ بولنے پر مار) پڑتی ہے لیکن دروازے کے باہر آنے والے شخص کو یہ کہنے پر تعریف کی جاتی ہے کہ ابو گھر پر نہیں ہیں۔

بچے کو بہت سختی سے نہیں مارنا چاہیے کیونکہ ایسی صورت میں وہ اپنے والدین یا اساتذہ سے باغی ہوسکتا ہے۔ کبھی بھی ڈنڈے بیلٹ یا جوتیوں وغیرہ کا استعمال نہ کیا جائے۔ ایک یا دو تھپڑ کافی ہوتے ہیں۔ بچے کو اندھیرے کمرے میں بھی بند نہیں کرنا چاہیے۔ یہ بچے کی نفسیات پر نہایت خوفناک اثر ڈالتے ہیں۔

بچوں کے نظم وضبط کے حوالے سے ماں باپ کے درمیان ایک باہم سمجھوتہ ہونا چاہیے۔ آپ کے جو بھی مسائل ہوں بچے کے سامنے آپ کو ایک بن کر پیش ہونا چاہئیں۔ بچے کی موجودگی میں بالکل لڑائی جھگڑا نہ کریں سب سے زیادہ مجرمانہ ذہنیت کے بچے ایسے گھروں سے نکلتے ہیں جن کے والدین اکثر ایک دوسرے سے لڑتے ہیں۔ بچے کو مارنے کے فوری بعد ہی گلے نہ لگالیں تھوڑی دیر کیلئے سزا کا اثر باقی رہنے دیں۔

کبھی ایسی سزا دینے کا نہ کہیں جو آپ حقیقت میں نہیں دے سکتے۔ مثلاً کبھی یہ نہ کہیں کہ ''میں تمہاری ٹانگیں توڑ دونگی'' کیونکہ کچھ عرصے بعد آپ کا بچہ آپ کی دھمکیوں کی خوفنا کیوں کا احساس کرنا ترک کردیتا ہے۔

اگر آپ اسے کسی چیز سے روکنے کیلئے کوئی سزا تجویز کریں (مثلاً جیب خرچ بند کرنے کا کہیں) تو ایسے فعل کے ارتکاب کے بعد بچے کا جیب خرچ واقعتاً بند کردیں۔

بچے کو کبھی ایسا تاثر نہ دیں کہ آپ صرف اپنی ذات کی تسکین کیلئے اسے سزا دے رہے ہیں۔ کبھی یہ نہ کہیں کہ ''میں تمہاری وجہ سے لیٹ ہوگئی ہوں' یا یہ کہ ''تمہاری وجہ سے میرا سر شرم سے جھک گیا ہے''

معروف نفسیات دان کا خیال: میں نے ایک پرنسپل کے طور پر اپنے ٹیچرز کو مندرجہ ذیل سزائیں تجویز کی ہیں:

☆بچوں کی مسلسل جگہ تبدیل کرتے رہیں اور ان کے رویے کو بغور دیکھیں۔

☆ انہیں کلاس کے باہر کھڑا کریں لیکن ان کا منہ کلاس کی طرف ہو اور پڑھائی جاری رکھی جائے۔

☆بچوں کو کہیں کہ وہ اپنے ہاتھوں سے کانوں کو پکڑے رکھیں اور کلاس کے باہر کھڑا کیا جائے۔

☆ ہوم ورک نہ ہونے کی صورت میں ان کی سرزنش کی جائے اور انہیں بریک ٹائم یا چھٹی کے وقت اپنا کام مکمل کرنے کا حکم دیا جائے۔

☆ایسی سزائیں موقع محل دیکھ کر ماحول کی مناسبت سے تجویز کرنی چاہئیں تاکہ جو بچہ کلاس سے دور بھاگنے کی کوشش کرتا ہے وہ بھی اپنی کلاس کے دوستوں جیسا بن جائے اور ایک فرمانبردار اور ریگولر طالب علم بنے۔

میرے خیال میں بچوں کو سزا دینے کی بجائے انہیں نفسیاتی لحاظ سے دیکھنا اور پرکھنا چاہیے۔ وہ جو کچھ بھی کرتے ہیں اپنے سکول یا گھر کے اردگرد کے ماحول سے سیکھتے ہیں۔ انہیں خود سے اس بات کا کوئی خیال نہیں ہوتا کہ کیا صحیح اور کیا غلط۔ میرے سکول میں جو طالب علم لیٹ آتے ہیں' یونیفارم نہیں پہنتے یا اپنا ہوم ورک نہیں کرتے ان کا نام سکول کے نوٹس بورڈ پر نمایاں طور پر لکھا جاتا ہے جس کی ہیڈنگ ہوتی ہے ''آج کے ہیروز'' اس لیے ہر بچے کی کوشش ہوتی ہے کہ وہ نظم وضبط کا خیال رکھے تاکہ اس کا نام نوٹس بورڈ پر نہ آئے۔ اس طریقہ کار نے جسمانی سزاؤں کی نسبت کہیں بہتر نتائج دیئے ہیں۔

مجھے یاد ہے کہ میرے دوست کی والدہ نے اسے سگریٹ پیتے ہوئے رنگے ہاتھوں پکڑلیا۔ انہوں نے اسے مارنے کی بجائے کہا ''سنو! آج تم نے وہ کام کیا ہے جو تمہیں کبھی نہیں کرنا چاہیے تھا کیونکہ اس میں تمہارا اپنا فائدہ تھا لیکن اس میں میں اپنے آپ کو قصور وار ٹھہراتی ہوں کہ شاید مجھ سے ہی تمہاری تربیت میں کوئی کمی رہ گئی ہے۔ بچے کی والدہ نے اس دن کھانا نہیں کھایا۔ لیکن اس کا بچے پر نہایت گہرا اثر پڑا اور پھر وہ اپنی ساری زندگی سگریٹ کے قریب نہیں گیا۔

میرے خیال میں جسمانی سزا کسی حد تک ٹیچر اور والدین کی ناکامی کا ثبوت بھی ہے کہ وہ بچے کو آسان زبان میں سوال جواب کرکے اپنی بات سمجھانے میں ناکام رہے ہیں۔

بچوں کو مارنے کی بجائے صبر وتحمل کے ساتھ سمجھایا جائے' مارنے سے انہیں یہ تاثر ملتا ہے کہ جسمانی قوت زبان اور بات چیت کرنے سے زیادہ طاقتور ہے۔

قرآن کا ادب کرنے سے سکھ کی دنیا بدل گئی

برکت علی، راولپنڈی

سردار جی باہر سے آئے تو کتاب دیکھتے ہی کہنے لگے یہ تو مسلمانوں کا قرآن ہے۔ پھر ہم دونوں کو قدرتاً اس قرآن شریف کی طرف زیادہ خیال ہوگیا۔ ہم نے اسے کھول کر ایک ایک ورق کو گردوغبار سے صاف کیا۔ دو نئے ریشمی رومال لا کر ان میں لپیٹا

امرتسر شہر سے ایک مشہور قصبے ہوشیار نگر کو جاتے ہوئے راستے میں سکھ زمینداروں کا ایک گاؤں کھاپڑ کھیڑی پڑتا ہے۔ اس گاؤں میں ایک سکھ زمیندار کرم سنگھ کافی زرعی زمین کا مالک تھا۔ اس نے گاؤں کی آبادی سے باہر ہی ایک مکان بنا کر رہائش اختیار کر رکھی تھی اور تین چار گھر بسا کر اپنی بستی بنا رکھی تھی۔

ایک دفعہ کا ذکر ہے کہ میں اور میرے والد بزرگوار مرحوم جو حکیم تھے اور میرا چھوٹا بھائی، ہم تینوں امرتسر سے بساکھی کی منڈی کے بعد اپنے گاؤں راجہ تال کی طرف آرہے تھے۔ ہماری اچھی خاصی زمینداری تھی۔ والد صاحب نے منڈی امرتسر سے ایک عمدہ بیل خریدا اور مشورہ ہوا کہ ہم تینوں ہی بیل کو لے کر پیدل ہی گاؤں کو چلیں چنانچہ تیسرے پہر ہم امرتسر سے روانہ ہوئے شام کے قریب ہم مع بیل کے کرم سنگھ زمیندار کی بستی میں پہنچ گئے والد صاحب اور کرم سنگھ کی کچھ پہلے ہی جان پہچان تھی۔ کہنے لگے کہ آؤ آج رات یہیں ٹھہریں اور تمہیں ایک سکھ مسلمان دکھلائیں۔

ہم کرم سنگھ کی حویلی میں پہنچ گئے۔ دو تین جوڑی بیل چند بھینسیں اور اونٹ بندھے ہوئے تھے ہم نے بھی اپنا بیل وہیں باندھ دیا۔ اتنے میں کرم سنگھ بھی باہر آگئے۔ صاحب سلامت کے بعد ہمارے بیل کو چارہ ڈال کر وہ ہمیں اپنے رہائشی مکان میں لے گئے۔ شام کی نماز کا وقت ہو رہا تھا۔ ہم نے نماز پڑھنے کی بات کی تو کرم سنگھ فوراً ایک پیتل کا نیا لوٹا پانی سے بھر کر لے آیا۔ کہنے لگا کہ لو وضو کرو اور یہیں نماز پڑھو۔ ہم ذرا ہچکچائے کہ سکھ کے گھر میں نماز! کرم سنگھ ہماری جھجک دیکھ کر کہنے لگا کوئی مضائقہ نہیں بلکہ ہمیں بڑی خوشی ہے کہ میرے گھر میں بہت مسلمان نماز پڑھتے ہیں۔ اتنے میں اس کی بیوی بڑے بکس میں سے نئی دھلی ہوئی سفید چادر نکال کر لائی اور کہنے لگی لو اس پاک پوتر کپڑے پر نماز پڑھو۔ پھر چادر ایک صاف ستھرے چبوترے پر بچھا دی۔ ہم نماز سے فارغ ہوئے تو وہی سکھ کرم سنگھ اپنے مکان میں سے قرآن شریف دو تین رومالوں میں لپٹا ہوا نکال کر لایا اور بڑے ادب سے ہمارے سامنے رکھ دیا۔ کہنے لگا آپ جو کچھ میرے گھر میں دیکھ رہے ہیں یہ سب کچھ اس قرآن شریف کی بدولت ہے۔ جب سے یہ قرآن شریف ہمارے گھر میں آیا ہے تمام تکلیفیں دور ہوگئی ہیں' باہر کھیتوں میں اناج کے ڈھیر لگتے ہیں مال مویشی کی بہتات ہے۔ بھینسوں کا دودھ سنبھالے نہیں سنبھلتا اور گھر میں اناج کی بوریاں بھری رہتی ہیں۔

جب والد صاحب نے اس سے پوچھا کہ یہ برکت والا نسخہ قرآن شریف آپ کے گھر میں کس طرح آیا تو کرم سنگھ کی بیوی نے بتایا کہ سردار جی نے اپنی بستی میں ایک جولاہا بھی بسایا ہوا تھا اس کی لڑکی بیاہی گئی تو وہ اکیلا رہ گیا۔ آخر وہ تھوڑے عرصے بعد بیمار ہو کر مر گیا۔ اس کے گھر کا سامان وغیرہ اس کے رشتہ دار جو دوسرے گاؤں میں رہتے تھے سب لے گئے۔ اس کا کوٹھا جو ہم نے اسے دیا ہوا تھا کافی عرصے تک خالی پڑا رہا۔ عرصے کے بعد ایک دن میں یونہی کوٹھے کے اندر پھر رہی تھی کہ کچی دیوار میں ایک طاق میں گردوغبار سے لٹا ہوا ایک بوسیدہ سا رومال نظر آیا جس میں کچھ لپٹا ہوا معلوم ہوتا تھا میں وہ لپٹی چیز اٹھا کر گھر لے آئی گردوغبار جھاڑ کر رومال کھولا تو دیکھا کہ ایک کتاب ہے۔ سردار جی باہر سے آئے تو کتاب دیکھتے ہی کہنے لگے یہ تو مسلمانوں کا قرآن ہے۔ پھر ہم دونوں کو قدرتاً اس قرآن شریف کی طرف زیادہ خیال ہوگیا۔ ہم نے اسے کھول کر ایک ایک ورق کو گردوغبار سے صاف کیا۔ دو نئے ریشمی رومال لا کر ان میں لپیٹا' خوشبو لگائی اور مکان میں اونچی جگہ پر بڑے ادب سے رکھ دیا۔

ہماری شیر وار بھینس بڑی کڑوی تھی دودھ دوھنے نہیں دیتی تھی۔ دوسرے تیسرے دن پکڑ کر باندھ کر دودھ نکالتے۔ مگر شام کو آرام سے بھینس نے دودھ دے دیا اور پہلے سے کافی زیادہ دودھ دیا' بھینس متواتر آرام سے' باقاعدہ اور زیادہ دودھ دینے لگی۔ ہمارا قرآن شریف پر یقین پختہ ہوگیا۔ ہم ہر ہفتے قرآن شریف کو نیچے اتار کر رومال کھول کر صاف کرتے۔ خوشبو لگاتے اور ادب کے ساتھ وہیں اونچی جگہ رکھ دیتے تھے۔ اس وقت سے آج تک ہمارا یہی دستور ہے اب ہمارے گھر میں ہن برس رہا ہے۔ اس قدر برکت اور رونق ہوئی ہے کہ کسی چیز کی کمی نہیں رہی۔ یہ برکت والا قرآن شریف مرتے دم تک ہمارے ساتھ رہے گا۔ ہم ایک لاکھ روپے کی عوض بھی کسی کو یہ نعمت دینے پر تیار نہیں۔

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 64

پیغمبر اسلام ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

خیبر کے یہودیوں نے ایسی باغیانہ روش اختیار کی کہ نہ صرف مسلمانوں کے معاملات میں خیانت کی اور ان میں تباہی پھیلانی چاہی بلکہ حضرت عمرؓ کے صاحبزادے عبداللہ رضی اللہ عنہ کو بالا خانہ سے نیچے پھینک دیا جس سے ان کے ہاتھ ٹوٹ گئے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو خیبر سے جلاوطن کیا مگر رسول اللہ ﷺ کے زمانہ میں ان سے یہ معاہدہ ہوا تھا کہ وہ نصف زمین اور نصف پیداوار کے حصہ دار ہوں گے اس لیے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو جلاوطن کرتے وقت نصف زمین اور نصف پیداوار کے معاوضے میں سونے چاندی اور اونٹوں کے پالان دیئے۔

فدک کے یہودیوں نے بھی سیاسی بغاوت کی تو حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو بھی جلاوطن پر مصالحت کی تھی اس لیے حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان کو جلاوطن کرتے وقت نخلستان اور اراضی میں ان کا جتنا حصہ ہوتا تھا اس کی عادلانہ قیمت تجویز کرنے کیلئے چند واقف کاروں کو بھیجا اور انہوں نے جو تجویز کی اس کے مطابق قیمت دیدی گئی۔

حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو اپنی مملکت میں کسی باغیانہ سازش کی خبر مل جاتی تو اس کو فرو کرنے میں بھی پوری سختی سے کام لیتے' یہ سازش اگر غیر مسلموں کی ہوتی تو ان کو سزا دینے میں تامل تو نہیں کرتے لیکن اس میں بھی ان کی رحم لیت اور رواداری بروئے کار آجاتی۔ شام فتح ہوا تو اس کی آخری سرحد پر ایک شہر عربوس تھا' یہاں کے لوگوں سے معاہدہ ہوگیا مگر وہ چپکے چپکے ایشیائے کوچک کے رومیوں سے سازباز کر کے مسلمانوں کے راز ان کو بتاتے تھے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کو اس کی اطلاع ہوئی تو وہاں کے حاکم عمیر رضی اللہ عنہ بن سعد کو لکھ بھیجا کہ انکو ایک برس کی مہلت دو کہ وہ اپنی سازش سے باز آئیں اور اگر باز نہ آئیں تو ان کی جائیداد زمین' مویشی اور اسباب کو شمار کر کے ایک ایک چیز کی دوچند قیمت دے دو اور ان سے کہو کہ کہیں اور چلے جائیں' اس حکم کی تعمیل کی گئی۔

حکیم محمد ابراہیم شاہ

یادداشت بڑھانے کے گُر

حواس خمسہ: اچھی یادداشت دراصل بھرپور توجہ اور انہماک کی محتاج ہوتی ہے۔ یہ دراصل ذہنی استعداد ہے جسے آپ مسلسل مشق سے ترقی دے سکتے ہیں۔ دماغ میں ہماری یادداشت کا مرکز کنپٹی کا قریبی حصہ ہے جہاں ہمارے جسم کے ایک ایک حصے کی یادداشت محفوظ رہتی ہے

اچھی یادداشت اللہ تعالیٰ کا بہترین عطیہ ہے۔ اس یادداشت ہی کی بدولت ہم امتحانات میں کامیابیاں حاصل کرتے ہیں‘ لوگوں کے ساتھ اپنا رابطہ بہتر بناتے ہیں اور زندگی کے ہر میدان میں بہترین استعداد اور کارکردگی کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ بعض لوگوں کو اللہ تعالیٰ نے اتنی اچھی یادداشت عطا کی ہوتی ہے کہ وہ جو چیز ایک بار سن یا پڑھ لیتے ہیں اسے ساری عمر نہیں بھولتے۔ یہ حقیقت ہے کہ یادداشت اللہ تعالیٰ کی عظیم نعمت ہے لیکن یہ بات نہ بھولیں کہ یہ ذہنی استعداد ہے اگر آپ اس ذہنی استعداد میں اضافہ کرنا چاہیں گے تو آپ کی قوت حافظہ بڑھتی جائے گی اور اگر بے پرواہی کا مظاہرہ کریں گے تو آپ کی قوت حافظہ اتنی کمزور ہوجائے گی کہ آپ یہ بات تک بھول جائیں گے کہ تھوڑی دیر پہلے آپ نے کھانے میں کیا کھایا تھا جس طرح جسمانی استعداد میں اضافہ ممکن ہوتا ہے اسی طرح ذہنی استعداد بھی بڑھائی جاتی ہے بالکل یہی حالت آپ کی قوت حافظہ کی ہے۔ یہ ایک ذہنی استعداد ہے جسے آپ اپنی کوشش سے بڑھا سکتے ہیں۔

ذہن کی خاص تکنیک: یادداشت کو دو اقسام میں تقسیم کیا گیا ہے۔ مختصر مدت کی یادداشت اور طویل مدت کی یادداشت۔ مختصر مدت کی یادداشت ہم اپنے محدود ماحول میں استعمال کرتے ہیں مثلاً گھر‘ دفتر وغیرہ جبکہ طویل مدت کی یادداشت کی ضرورت ہمیں زیادہ مدت تک پڑتی رہتی ہے۔ طویل مدت کی یادداشت کے تحت آپ تحقیقی کام انجام دیتے ہیں۔ مختلف کتابوں میں موجود مشترک باتوں کو اپنے ذہن میں یکجا کرتے ہیں اور مختلف زمانوں میں مختلف مقامات پر پیش آنے والے واقعات سے ایک مخصوص نتیجہ اخذ کرتے ہیں۔ یہ ذہن کی ایک خاص تکنیک ہے جو وہ اسی وقت استعمال کرسکتا ہے جبکہ یادداشت اچھی ہو۔

حیرت انگیز یادداشت: یہ بات قطعی غلط ہے کہ ذہین لوگوں کے دماغ عام لوگوں کے دماغ سے مختلف ہوتے ہیں۔ آئن سٹائن ایک مشہور ماہر طبعیات گزرا ہے۔ اس کے متعلق لوگوں کو شبہ تھا کہ اس کا دماغ عام لوگوں سے مختلف ہوگا۔ چنانچہ اس کی موت کے بعد اس کی وصیت کے مطابق اس کے دماغ کو محفوظ کرکے اس کا مطالعہ کیا گیا لیکن اس کے دماغ اور عام شخص کے دماغ میں کوئی فرق نہیں پایا گیا۔ ذہنی استعداد صرف مکمل توجہ‘ بھرپور انہماک اور گہرے مطالعے سے بڑھتی ہے۔ پرانے دور کے اطباء اور فلسفی حضرات اور قرآن کریم اور احادیث کے مفسرین کا حافظہ ناقابل یقین حد تک طاقتور ہوتا تھا۔ آج کے دور میں بھی بعض حضرات کی یادداشت حیرت انگیز طور پر اتنی طاقتور رہتی ہے کہ وہ اگر ایک کتاب پڑھ لیں تو اس کتاب کا ایک ایک صفحہ مع ایک ایک سطر ان کے ذہن کی اسکرین پر نقش ہوجاتا ہے اور انہیں پوری کتاب صرف ایک مرتبہ دیکھ کر گویا حفظ ہوجاتی ہے۔

حواس خمسہ: اچھی یادداشت دراصل بھرپور توجہ اور انہماک کی محتاج ہوتی ہے۔ یہ دراصل ذہنی استعداد ہے جسے آپ مسلسل مشق سے ترقی دے سکتے ہیں۔ دماغ میں ہماری یادداشت کا مرکز کنپٹی کا قریبی حصہ ہے جہاں ہمارے جسم کے ایک ایک حصے کی یادداشت محفوظ رہتی ہے۔ یہ بات آپ کو عجیب محسوس ہوگی کہ ہمارا پورا جسم یادداشت کے عمل میں شریک ہوتا ہے لیکن آپ ذرا غور کریں تو یہ کوئی عجیب بات نہیں ہے کیونکہ یادداشت کا عمل حواس خمسہ کے ذریعے سے ہوتا ہے۔ حواس خمسہ میں حس لامسہ بھی شامل ہے یہ حس ہماری جلد میں پائی جاتی ہے جو ہمارے پورے جسم پر غلاف کی مانند لپٹی ہوئی ہے۔ اگر ہمارے جسم سے کوئی چیز چھوتی ہے تو ہمارا ذہن فوراً اس بات کا ادراک کرلیتا ہے کہ جلد سے کسی قسم کی چیز ٹکرا رہی ہے۔ اسی طرح ہماری ناک خوشبوؤں سے پیدا ہونے والے تاثرات کو ذہن میں محفوظ کردیتی ہے۔ بعض اوقات کوئی خاص قسم کی خوشبو سونگھتے ہی ہمارا ذہن قلابازی کھا کر برسوں پرانی یادوں کو دوبارہ تازہ کردیتا ہے۔

یادداشت میں اہم کردار ادا کرنے والے حواس میں سب سے زیادہ اہمیت آنکھ اور کان کی ہے۔ اسی لیے بچوں کی کتابوں میں مضمون کے ساتھ تصویریں بھی ضرور ہوتی ہیں جو بچوں اور بڑوں دونوں کے ذہنوں کو تحریک دیتی ہیں۔

حافظ قرآن: طالب علموں کیلئے اچھی یادداشت کا ہونا ضروری ہے۔ بعض طلبہ امتحانات میں صرف اسی وجہ سے ناکام ہوجاتے ہیں کہ ان کی یادداشت اچھی نہیں ہوتی۔

یادداشت دراصل سیکھنے کا عمل ہے جسے بار بار دہرانے سے بہتر کیا جاسکتا ہے جو بچے قرآن شریف حفظ کرتے ہیں وہ دن کے مختلف اوقات میں اپنا آموختہ دہراتے رہتے ہیں اور محض دہرانے کے آسان عمل سے وہ زیادہ سے زیادہ دو ڈھائی سال کے عرصے میں پورا قرآن کریم حفظ کرلیتے ہیں۔ یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ قرآن کے حافظ کا حافظہ نہایت قوی ہوتا ہے اور عمر کے کسی بھی حصے میں انہیں ذہنی کمزوری کا سامنا نہیں کرنا پڑتا۔

یاد کرنے کا پہلا طریقہ: دہرانے کے عمل سے مراد یہ نہیں کہ آپ سارا دن ایک ہی صفحے کو بار بار پڑھتے رہیں بلکہ اس میں کئی طریقے شامل ہیں۔ طلبہ کیلئے ایک مؤثر طریقہ یہ ہے کہ وہ جس سبق کو اپنے ذہن میں محفوظ کرنا چاہتے ہیں اسے پہلے دو تین مرتبہ پڑھ لیں۔ اس کے بعد کتاب بند کرکے ایک طرف رکھ دیں اور کاغذ قلم سنبھال کر بیٹھ جائیں اب جو کچھ بھی انہوں نے تھوڑی دیر قبل پڑھا ہے اسے مختصر طور پر لکھنے کی کوشش کریں۔ انہیں خواہ کتنا ہی کم یاد آئے لیکن اسے لکھیں ضرور۔ خواہ ایک سطر ہی کیوں نہ ہو۔ خلاصہ لکھنے کے بعد قلم رکھ دیں اور اب کتاب کھول کر یہ دیکھیں کہ انہیں کون کون سی اہم باتیں یاد نہیں رہی تھیں۔ اب سب باتوں کو اپنے ذہن میں نوٹ کریں اور کتاب بند کرکے انہیں کاغذ پر لکھیں۔ اس طرح مسلسل نوٹ کرنے سے انہیں پوری کتاب حفظ بھی ہوجائے گی اور نوٹس بھی تیار ہوجائیں گے۔

دوسرا طریقہ: طلبہ کیلئے یادداشت بہتر بنانے کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ وہ کسی ایک مضمون اور مختلف اداروں پر مصنفین کی لکھی ہوئی کئی کتابیں پڑھیں اور ان میں انہیں جو پوائنٹ مشترک نظر آئیں وہ ایک کاغذ پر نوٹ کرتے جائیں اور بعد میں اپنے کورس کی کتاب سے ان پوائنٹس کو ملائیں۔ اس طرح اچھے نوٹس تیار ہوجائیں گے اور امتحان میں ان پوائنٹس کو لکھ کر اچھے نمبر حاصل ہوسکیں گے۔

تیسرا طریقہ: رٹنا کوئی اچھی طریقہ نہیں ہے اس طریقے میں یہ خرابی ہے کہ اگر آپ کہیں کوئی لفظ یا جملہ بھول گئے تو پھر آگے کی ایک سطر بھی یاد نہیں آتی۔ اس کے بجائے آپ اپنے چند دوستوں کے ساتھ بیٹھ کر ایک دوسرے سے سوالات کریں اور زبانی جواب دیں۔ زبانی جواب دینے کے طریقے میں یہ خوبی ہے کہ اگر جواب میں کوئی غلطی ہوئی تو دوسرے دوست اس غلطی کو فوراً درست کردیتے ہیں۔ یہ بہت کامیاب طریقہ ہے اور طلبہ میں بھی بہت مقبول ہے۔

صائمہ یعقوب انصاری

فطرت سے قریب بیماریوں سے دور

مصنوعی ذائقوں کو خیرباد کہہ کر قدرتی ذائقے اپنایئے‘ دنیاوی نمود و نمائش میں پیسہ لگانے کی بجائے اپنے جگر گوشوں کو سبزی اور پھل کا عادی بنایئے۔ جلد کی خشکی کیلئے برسوں کا آزمودہ نسخہ عرق گلاب‘ عرق لیموں اور گلیسرین کا ہم وزن آمیزہ استعمال کیجئے

ماہ اکتوبر سردیوں کی آمد کا واضح اعلان کردیتا ہے‘ ماسوائے ان جگہوں کے جو سمندر سے نزدیک تر ہوں اور معتدل آب و ہوا لیے ہوئے ہوں یہ مہینہ خزاں کا ہوتا ہے اور ہر ذی روح اپنے قوائے صحت میں ایک نمایاں تبدیلی کے ظہور پذیر ہونے کے باعث مستعد اور ہشاش بشاش دکھائی دینے لگتا ہے۔ صبح و شام کی خنکی اور خشک فضاؤں کے اثرات کے باوجود لیل ونہار کے درمیانی وقفوں میں ہر آدمی فعالیت‘ چستی‘ فرحت اور بشاشت اپنی طبیعت میں محسوس کرتا ہے گو یہ حتمی بات نہیں کہ سب کے ساتھ ایسا ہو۔ اکتوبر کا مہینہ میدانی علاقوں میں لہراؤ اور کوہستانی علاقوں میں ٹھہراؤ کا موسم ہے۔ شمالی علاقہ جات تو برفانی ہواؤں کی لپیٹ میں آنے لگتے ہیں۔ اس ماہ میں غذائی اور ملبوساتی تبدیلیوں کا اہتمام نہ صرف موسمی اعتبار سے بلکہ حفظ صحت کے نقطہ نظر سے لازمی اور ضروری ہے۔

اکتوبر ہی وہ مہینہ ہے جس میں بڑوں کو بالعموم نزلہ و زکام کے عارضے اچانک گھیر لیتے ہیں اور بچوں کو خشک کھانسی‘ نمونیا اور بخار جیسے عارضے آدبوچتے ہیں سو اس ماہ میں تمام احتیاطی تدابیر پر عمل کرنا ضروری ہے ورنہ موسم کی یہ تبدیلی بڑے عوارض کی ابتدا ثابت ہوسکتی ہے جن شیرخواروں کی پہلی سردی ہو انہیں ابھی سے ہلکے گرم کپڑے پہنانا شروع کردیں اور غذا میں بھی ذرا تبدیلی کردیں۔ اس موسم میں بچوں اور بڑوں دونوں کیلئے نیم گرم پانی سے **غسل** فائدہ مند ہے لیکن **غسل** کے فوراً بعد انہیں ہوا لگنے سے بچائیں۔ اکتوبر میں چونکہ دن رات کے درجہ حرارت میں خاصا فرق ہوتا ہے سو اس حساب سے لباس اور بستر کا انتخاب کریں۔ عام طور پر پنکھے کی تیز ہوا کے باعث صبح اٹھ کر ٹانگوں میں درد ہونے کی شکایت عام ہوجاتی ہے۔ سبزیوں میں مولی‘ شلجم اور دیگر بہت سی ترکاریاں آجاتی ہیں سو اس کا اچار اور ساگ کے ساتھ بھجیا نہایت مفید ہے۔ پتے دار سبزیوں کے سبز اور تازہ پتے کبھی ضائع نہ کریں بچوں کو شروع سے ہی سبزیوں کے ذائقوں سے متعارف کروایئے اگرچہ یہ ماں پر منحصر ہے کیونکہ حمل وضع ہونے کے ساتھ ہی پورے دوران حمل ماں کی پسند و ناپسند آنے والے بچوں پر اثر انداز ہوتی ہے سو اپنے آنے والی نسلوں کو صحت مند دیکھنے کی خاطر غیر صحت مندانہ اطوار بدلیے اور فطرت سے قریب تر زندگی کا لطف اٹھایئے‘ پھلوں میں سردا‘ میٹھے‘ چکوترے‘ سیب‘ کیلا‘ انار اور بے شمار پھل قدرت کے گن گاتے ہوئے آپ کا لقمہ تر بننے کو ہمہ وقت تیار ہیں۔ سو مصنوعی ذائقوں کو خیرباد کہہ کر قدرتی ذائقے اپنایئے‘ دنیاوی نمود و نمائش میں پیسہ لگانے کی بجائے اپنے جگر گوشوں کو سبزی اور پھل کا عادی بنایئے۔ جلد کی خشکی کیلئے برسوں کا آزمودہ نسخہ عرق گلاب‘ عرق لیموں اور گلیسرین کا ہم وزن آمیزہ استعمال کیجئے۔ بچوں کے جسم پر باقاعدگی سے مالش کیجئے اور خزاں کا بھی اپنا لطف ہے اس سے جی بھر کر لطف اندوز ہوں۔

لباس: 15 اکتوبر کے بعد سردی سے بچاؤ کیلئے بتدریج گرم کپڑوں کا استعمال ضروری ہے۔

سیر و تفریح: اگر آپ صحت کے لحاظ سے کمزور ہیں اور اس ماہ کی سردی برداشت نہیں کرسکتے تو آپ کیلئے سب سے بہتر ورزش یہ ہے کہ دھوپ میں بیٹھ کر تلوں کے تیل کی مالش کرایئے۔ اگر آپ تندرست و توانا ہیں تو صبح پانچ چھ بجے نیند سے بیدار ہوجایئے اور ضروریات سے فارغ ہوکر کھلے میدان میں سیر و تفریح کیلئے جایئے۔ ایک دو کلومیٹر کی سیر ضرور کریں اگر سیر کیلئے نہ جاسکیں تو کسی کشادہ کمرے میں اپنے حالات کے مطابق کوئی مناسب ورزش کریں۔ سیر و تفریح یا ورزش سے فارغ ہوکر نیم گرم پانی سے **غسل** کریں اور کپڑے پہن کر ناشتہ کیلئے تیار ہوجایئے۔

ناشتہ: ناشتہ میں اپنے مزاج اور حالات کے مطابق نیم گرم دودھ استعمال کریں۔ یاد رکھیں! شیر گائے طبیعت میں چستی پیدا کرتا‘ قبض کشا اور جسم کیلئے بہت مفید ہے۔ چائے کی عادت ہو تو چائے کے ساتھ دو انڈے ابلے ہوئے کھائیں۔ دائمی قبض و خشکی ہو تو روزانہ انجیر خشک پانچ پانچ دانے دونوں وقت کھانے کے بعد کھائیں۔ دو تین ماہ کھانے سے دس بیس سال کی قبض دور ہوجائے گی اور اجابت با آسانی آئے گی۔ انجیر دوا اور غذا دونوں کا کام دیتی ہے۔ بلغمی بیماریوں سے بچاتی ہے۔ دودھ کے ساتھ ایک پراٹھا جس میں نصف آٹا گندم‘ نصف بیسن‘ پانی کی بجائے دودھ‘ معمولی نمک اور سیاہ مرچ اور گھی دیسی ملا کر گوندھ لیں مزید ایک دو انڈے ملالیں تو یہ پراٹھا بہترین غذائیت سے بھرپور خوراک کا کام دے گا۔ اس کے مقابلہ میں ڈبل روٹی‘ بسکٹ‘ مٹھائیاں کھانا بالکل فضول ہے۔ پراٹھا کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ جن لوگوں کو دودھ پینے سے ریشہ‘ بلغم بنتا ہو اور جوڑوں میں درد ہوتا ہو تو وہ دارچینی پیس کر رکھ لیں اور دودھ ایک کلو ابالتے وقت تین گرام سفوف دارچینی ڈال دیا کریں۔ یہ دودھ چائے سے زیادہ مفید‘ جلد ہضم ہوگا۔ جسم میں حرارت پیدا کرے گا۔ ریشہ بلغم کو ختم کرے گا۔

دوپہر کا کھانا: اس مہینے میں دوپہر کا کھانا ایک بجے تک کھالیجئے۔ شلجم‘ چقندر‘ گاجر‘ آلو‘ گوبھی وغیرہ سبز ترکاریاں‘ تنہا یا گوشت کے ساتھ پکائی ہوئی چپاتی کے ساتھ کھائیں۔ اگر سبز ترکاریاں اکیلی پکائی جائیں تو ان کو گھی اور مصالحے کے ساتھ بھون کر تھوڑے پانی کا چھینٹا دے کر پکائی جائیں۔ یہاں تک کہ وہ بالکل گل جائیں اور ان میں فالتو پانی نہ رہے اس طرح پکائی ہوئی سبزیاں نہایت لذیذ ہوتی ہیں۔ ان کو گوشت کے ساتھ پکایا جائے تو اس صورت میں بھی شوربا برائے نام رکھا جائے‘ کھانا کھانے کے بعد کوئی مناسب پھل کھایئے۔ انار‘ جاپانی پھل‘ سیب وغیرہ۔

رات کا کھانا: رات کو آٹھ نو بجے کے درمیان کھانا کھالیجئے۔ کھانے میں موسمی ترکاریاں شلجم‘ چقندر‘ آلو‘ گوبھی‘ گاجر وغیرہ۔ ان کو گوشت کے ساتھ پکوا کر روٹی کے ساتھ کھایئے یا دال چاول‘ شوربا چاول کھائیں۔ بریانی‘ پلاؤ بھی مناسب ہے۔ ان کے ساتھ شامی کباب‘ مچھلی‘ مرغی بھی اس مہینے میں بہترین سالن ہے۔ ہفتہ میں ایک دن مرغی اور مچھلی ضرور کھائیں۔ مرغی اور مچھلی متواتر کھانا نقصان دہ ہے۔ احتیاط کریں۔ چھوٹا گوشت اللہ تعالیٰ کی بہت بڑی نعمت ہے۔

چہرے کے ناپسندیدہ بالوں کو ختم کرنے کیلئے

ھوالشافی: پھٹکڑی اور نمک (عام نمک جو ہم سالن میں ڈالتے ہیں) ہم وزن لیکر گرائینڈ کرلیں پھر متاثرہ جگہ سے ویکس کے ذریعے بال اتارلیں اور اس کے فوراً بعد 10 سے 15 بار اس پاؤڈر کو ملیں اور رات کو لگا کر سوجائیں اور تقریباً ہر ماہ اسی طرح کریں یا جب بھی ویکس کریں تو اس کے فوراً بعد یہ پاؤڈر 3 یا 4 دن تک لگاتار استعمال کریں کہ جب تک مسام کھلے ہیں یہ پاؤڈر لگے آپ کی جلد کو تب ہی فائدہ ملے گا‘ میرا آزمایا ہوا ہے۔ **(ط۔م‘ گوجرانوالہ)**

ذیقعد برکات وتجلیات کا مہینہ

ذیقعدہ کے مہینے میں جو کوئی ہر جمعرات کی شب سو رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اسے ثواب عظیم حاصل ہوگا۔

ذیقعد اسلامی سال کا گیارہواں مہینہ ہے۔ یہ بڑا مبارک اور حرمت والا مہینہ ہے اس مہینے میں عرب جنگ کو ترک کر دیتے تھے اور اپنے گھروں میں بیٹھے رہتے تھے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ارشاد ہے کہ ذیقعد کا مہینہ بہت بزرگی والا مہینہ ہے اور اس ماہ کی عبادت بہت افضل ہے۔

ذیقعدہ کا چاند: جب ذیقعد کا چاند دیکھے تو یہ کہے:

اَللّٰھُمَّ ھٰذَا الشَّھْرُ اَوَّلُ مِنْ شَھْرِ الْحَرَامِ وَ اَوْسَطُھَا مِنْ شَھُوْرِ الْحَجِّ بَیْتِکَ الْحَرَامِ فَاغْفِرْلَنَا جَمِیْعَ الْمَعَاصِیْ وَالْاٰثَامِ وَلَا تُؤَاخِذْنَا بِالنَّوَاصِیْ وَالْاَقْدَامِ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْاِکْرَامِo

پہلی شب: اس مہینے کی پہلی شب کو چاہیے کہ تیس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ **زلزال** پڑھے اور سلام پھیرنے کے بعد ایک مرتبہ سورۂ عم یتساء لون پڑھے۔

اس کے علاوہ جو کوئی ذیقعد کی پہلی شب نماز عشاء کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تیئس تیئس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نماز کے بعد نہایت خشوع وخضوع کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے اپنے گناہوں کی معافی مانگے اور خلوص دل سے توبہ کرے تو انشاء اللہ تعالیٰ اس کی توبہ قبول ہوگی اور اللہ تعالیٰ اس کو بخش دے گا۔

نفلی روزہ: جو کوئی ذیقعد کے مہینہ میں کسی بھی دن نفلی روزہ رکھے گا تو بفضل باری تعالیٰ اسے عمرے کا ثواب عطا ہوگا اگر کوئی سوموار کو روزہ رکھے تو ثواب عظیم حاصل ہوگا۔

جمعہ کے نوافل: ذیقعد کے مہینے میں چاہیے کہ ہر جمعہ کے دن نماز جمعہ کے بعد چار رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد اکیس اکیس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ حج وعمرہ کا ثواب حاصل ہوگا۔

دو رکعت نفل: ذیقعد کے مہینے کی ہر شب کو نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر رات عمرہ کی عبادت کا ثواب حاصل ہوگا۔

ترقی درجات کیلئے: جو کوئی چاہے کہ بارگاہ الٰہی میں اس کا درجہ بلند ہو جائے، اللہ تعالیٰ اس پر اپنا خصوصی فضل وکرم نازل فرمائے تو اسے چاہیے کہ وہ ذیقعدہ کے مہینہ کی نو تاریخ کی شب نماز عشاء کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک ایک مرتبہ سورۂ مزمل پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد تین مرتبہ سورۂ یٰسین پڑھے۔

جمعرات کی شب: ذیقعدہ کے مہینے میں جو کوئی ہر جمعرات کی شب سو رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس دس مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے تو بفضل باری تعالیٰ اسے ثواب عظیم حاصل ہوگا۔

آخری دن: جو کوئی ذیقعد کے مہینہ کی آخری تاریخ کو چاشت کے وقت دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین سو مرتبہ سورۃ قدر پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد گیارہ مرتبہ یہ درود پاک پڑھے۔

اَللّٰھُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا وَ مَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِ سَیِّدِنَا وَ مَوْلَانَا مُحَمَّدٍ مَّعْدَنِ الْجُوْدِ وَالْکَرَمِ وَاَصْحَابِہٖ وَ بَارِکْ وَسَلِّمْ. اس کے بعد پندرہ مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھے اور سجدے میں جا کر اللہ تعالیٰ سے جو بھی جائز دعا مانگے گا انشاء اللہ تعالیٰ قبول ہوگی۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 12 اکتوبر بروز بدھ سہ پہر 3 بجکر 11 منٹ سے لیکر 4 بجکر 21 تک 20 اکتوبر بروز جمعرات صبح 10 بجکر 26 منٹ سے لیکر 11 بجکر 41 منٹ تک۔ 30 اکتوبر بروز اتوار مغرب تا عشاء تک یَاغَفَّارُ بِحَقِّ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پہلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل وجان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:)1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! کے بعد عرض ہے کہ آپ کے رسالہ کے روحانی محفل کے کالم نے میرا 8 سال پرانا مرض دور کر دیا ہے۔ میں بے خوابی کے مرض میں مبتلا تھی' ساری رات جاگ کر گزار دیتی تھی' بہت سی ادویات کھاتی تھی لیکن ایک دن میں نے عبقری میں روحانی محفل کا پڑھا اور توجہ وخلوص کے ساتھ روحانی محفل کرنا شروع کر دی' ابھی میں نے صرف ایک ماہ ہی روحانی محفل کی تھی کہ مجھے رات کو پرسکون نیند آنا شروع ہوگئی اور اب میں بالکل تندرست ہوں۔ **(راحیلہ' اسلام آباد)**

عطا بن حسینؒ کے روحانی وظائف

جادو' سحر اور سفلی علم کے ذریعہ لوگوں کی صحت برباد کی جاتی ہے اوران کا کاروبار تباہ کیا جاتا ہے وہ آدمی جو دولت میں کھیلتا تھا' پائی پائی کو محتاج ہوجاتا ہے اور اسی کے ساتھ ساتھ اس کی صحت بھی برباد ہوجاتی ہے۔ اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے

ظالم آدمی کے شر سے حفاظت

ظالم حاکم یا ظالم آدمی کے شر سے بچنے کیلئے اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد دس بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم o پڑھے آخر میں تین بار درود شریف پڑھے۔ انشاء اللہ اس عمل کی برکت سے ظالم کا دل نرم ہوجائے گا اور کسی قسم کا نقصان نہ پہنچا سکے گا۔

ہر قسم کے مقدمہ میں کامیابی کیلئے

اول گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور اس کے بعد گیارہ بار بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم اس کے بعد گیارہ بار درود شریف پڑھ کر جج' حاکم اور گواہوں کی طرف منہ کر کے روزانہ صبح کو دم کیا کریں۔

سورۃ اخلاص' سورۃ الفلق' سورۃ الناس مکمل باوضو پڑھ کر پانی پر دم کر کے صبح اور شام کو پیا کریں اور مقدمہ کی تاریخ کے دنوں میں ضرور پیا کریں۔

جادو اور سحر سے نجات کیلئے

جادو' سحر اور سفلی علم کے ذریعہ لوگوں کی صحت برباد کی جاتی ہے اوران کا کاروبار تباہ کیا جاتا ہے' وہ آدمی جو دولت میں کھیلتا تھا' پائی پائی کو محتاج ہوجاتا ہے اور اسی کے ساتھ ساتھ اس کی صحت بھی برباد ہوجاتی ہے۔ اس کیلئے یہ عمل بہت مفید ہے اور اس کے ذریعے سے سحر' جادو' سفلی کرنے والے پر لوٹ جاتا ہے۔ عمل یہ ہے:۔

صبح بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء تین تین بار بہ نیت رد سحر پڑھتا رہے: اَعُوْذُ بِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَاخَلَقَ ط اور مندرجہ ذیل سورتیں اور آیتیں ایک ایک مرتبہ پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے تمام بدن پر پھیر لے وہ سورتیں اور آیتیں یہ ہیں:۔ سورۃ الکافرون' سورۃ الاخلاص' سورۃ الفلق' سورۃ الناس' سورۃ الفاتحہ اور آیۃ الکرسی مکمل۔ نیز ''منزل'' کی تینتیس آیات کو باوضو زعفران کو عرق گلاب میں گھول کر اس سے لکھ کر موم جامہ کر کے دائیں بازو پر باندھ لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ہر قسم کے جادو' سحر اور سفلی سے حفاظت ہوجائے گی۔

تنبیہ: آیات قرآنی کو باوضو لکھنا چاہیے بغیر وضو لکھنا' قرآن پاک کو چھونا اور بغیر موم جامہ کیے تعویذ کا باندھنا سخت گناہ ہے۔ لہٰذا بغیر وضو کے قرآن پاک' قرآنی سورتوں کا ہاتھ میں لینا منع ہے اسی طرح ان کو بغیر موم جامہ کیے باندھنا بھی سخت گناہ ہے۔ لہٰذا سخت احتیاط کی ضرورت ہے۔

پسوؤں اور مچھروں سے حفاظت

اگر کسی جگہ پسوؤں یا مچھروں کی بہتات ہو اور وہ کاٹ کاٹ کر بُرا حال کرتے ہوں اور رات کو آرام سے سونے نہ دیتے ہوں تو مندرجہ ذیل آیت باوضو سات بار پڑھے اور ایک بوتل پانی پر دم کر کے رکھ لے۔ وہ آیت یہ ہے:۔

وَمَالَنَا اَلَّا نَتَوَکَّلَ عَلَی اللّٰہِ وَقَدْ ھَدٰنَا سُبُلَنَا وَلَنَصْبِرَنَّ عَلٰی مَآ اٰذَیْتُمُوْنَا ط (ابراہیم 12)

اس کے بعد یہ الفاظ ایک بار کہے:۔

اِنْ کُنْتُمْ اٰمَنْتُمْ بِاللّٰہِ وَرَسُوْلِہٖ اَیَّتُھَا الْبَرَاغِیْثُ وَالْبَعُوْضَاتُ فَکُفُّوْا عَنَّا شَرَّکُمْ وَاَذَاکُمْ۔

اور بوتل والے پانی پر دم کرے اور اس پانی کو چارپائی یا بستر کے چاروں طرف ہلکا ہلکا چھڑک دے۔ اس عمل کی برکت سے انشاء اللہ تعالیٰ رات کو آرام سے سوئے گا۔

قوت مردانگی کی بندش کھولنا

بعض مرتبہ دشمنی کے سبب یا سحر و آسیب کے باعث مرد کی قوت مردانگی بند کر دی جاتی ہے جس کے سبب مرد ازدواجی تعلقات سے محروم ہوجاتا ہے۔

قوت مردانگی کی بندش کھولنے کیلئے سورۃ البینۃ پارہ 30 باوضو ایک پاک برتن میں عرق گلاب میں زعفران گھول کر اس سے لکھے یا کالی روشنائی سے لکھے اس طرح کہ کوئی حرف مٹا ہوا نہ ہو اس کو پانی سے دھو کر وہ پانی دن میں چار وقت پیئے:۔ صبح ناشتہ سے قبل' دوپہر گیارہ بجے' بعد نماز عصر' بعد نماز عشاء۔ یہ عمل مسلسل تین دن کرے انشاء اللہ تعالیٰ قوت مردانگی بحال ہوگی اور عورت پر قادر ہوگا۔

نظر بد دور کرنے کیلئے

اگر کسی بچے یا بڑے کو نظر لگ گئی ہو یا کسی جانور پر نظر بد کا اثر ہو تو اس کیلئے باوضو یہ آیات تین مرتبہ پڑھ کر نظر والے انسان یا جانور پر ایک دفعہ دم کرے اس کے بعد دوبارہ تین مرتبہ پڑھ کر دم کرے تین بار اسی طرح دم کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ شفاء حاصل ہوگی اور نظر کا اثر ختم ہوجائے گا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

وَاِنْ یَّکَادُ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا لَیُزْلِقُوْنَکَ بِاَبْصَارِھِمْ لَمَّا سَمِعُوا الذِّکْرَ وَیَقُوْلُوْنَ اِنَّہٗ لَمَجْنُوْنٌ o وَمَا ھُوَاِلَّا ذِکْرٌ لِّلْعٰلَمِیْنَ o (قلم 52,51)

بُرے خواب سے حفاظت

اگر کسی کو ڈراؤنے خواب نظر آتے ہوں یا سوتے میں ڈرتا ہو تو اس کیلئے مندرجہ ذیل آیت باوضو لکھ کر اس شخص کے گلے میں موم جامہ کر کے باندھ دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بُرے اور ڈراؤنے خوابوں سے محفوظ رہے گا اور سوتے میں ڈر خوف ختم ہوجائے گا۔ وہ آیت یہ ہے:۔ لَھُمُ الْبُشْرٰی فِی الْحَیٰوۃِ الدُّنْیَا وَفِی الْاٰخِرَۃِ لَاتَبْدِیْلَ لِکَلِمٰتِ اللّٰہِ ط ذٰلِکَ ھُوَ الْفَوْزُ الْعَظِیْمُ o (یونس 64)

استخارہ کا عمل

اگر کسی شخص کو کسی معاملے میں تذبذب ہو اور خیالات ڈانواڈول ہوں کہ یہ کام کروں یا نہ کروں اس کیلئے استخارہ اس ترکیب سے کرلے۔ انشاء اللہ تعالیٰ دل مکمل یقین کے ساتھ ہاں یا نا کی طرف ہوجائے گا یا خواب میں کوئی ایسا اشارہ مل جائے گا جس کے سبب کام میں یکسوئی پیدا ہوگی۔ مثلاً ہرا رنگ' ہرا کپڑا یا کھیت یا ہری گھاس کا میدان نظر آیا یہ کامیابی کا رنگ ہے یا خواب میں سیلاب' طوفان یا سخت اندھیرا نظر آیا یا جنگ ہو رہی ہے یا آگ جل رہی ہے یہ اشارہ ہے کہ یہ کام کرنا صحیح نہیں ہے اس کام کے کرنے سے نقصان کا اندیشہ ہے۔ استخارہ کا طریقہ یہ ہے:۔

بعد نماز عشاء سونے سے قبل دو رکعت نفل پڑھے اس میں استخارہ کی نیت ہو اس کے بعد اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد یہ کلمات ایک سو بار پڑھے:۔

یَاعَلِیْمُ عَلِّمْنِیْ یَارَشِیْدُ اَرْشِدْنِیْ یَاخَبِیْرُ اَخْبِرْنِیْ بِحَالِہٖ یَاخَبِیْرُ۔

آخر میں گیارہ بار درود ابراہیمی پڑھے اور کسی سے بات کیے بغیر سو رہے اور اس طرح کہ قبلہ کی طرف چہرہ اور سینہ ہو۔ دایاں ہاتھ سر کے نیچے دبا ہو بعد میں نیند کی حالت میں کروٹ لی جائے تو کچھ حرج نہیں ہے۔ یہ عمل تین یا سات دن کرے۔ اگر پہلے ہی دن معلوم ہوجائے تو پھر عمل کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔

کیلا صرف پھل نہیں، دعا بھی غذا بھی

ڈاکٹر یحییٰ کھوکھر

دودھ کے ساتھ کیلا ایک مکمل متوازن غذا بن جاتا ہے۔کیلا اور دودھ ایک دوسرے کو مثالی انداز میں ایسے غذائی اجزاء مہیا کرتے ہیں جو انسانی بدن کے لیے بہت ضروری ہوتے ہیں۔ایک بڑا کیلا ایک سو سے زیادہ کیلوریز رکھتا ہے۔

کیلا دنیا کا قدیم ترین اور معروف ترین پھل ہے۔یہ بیج کے بغیر ایک ایسا لذیذ پھل ہے جو ہر موسم میں ملتا ہے۔اس کا موٹا چھلکا اسے بیکٹیریا اور آلودگی سے بچائے رکھتا ہے۔

غذائی اہمیت: کیلا زبردست غذائی صلاحیت رکھتا ہے۔توانائی، ریشے بنانے والے عناصر، پروٹین، وٹامنز اور معدنیات کا جو امتزاج اس میں پایا جاتا ہے وہ بہت کم کسی پھل میں ہوتا ہے کسی بھی اور تازہ پھل کے مقابلے میں کیلا کیلوریز کی مقدار اور کم تر رطوبتوں کے اجزاء سے مالا مال ہوتا ہے۔ایک بڑا کیلا ایک سو سے زیادہ کیلوریز رکھتا ہے۔اس میں آسانی سے حل ہوجانے والی شکر کی بہت زیادہ مقدار ہوتی ہے جو اسے فوری توانائی کا ذریعہ اور تھکن پر غالب آنے والے اجزاء کا وسیلہ بناتی ہے۔ دودھ کے ساتھ کیلا ایک مکمل متوازن غذا بن جاتا ہے۔کیلا اور دودھ ایک دوسرے کو مثالی انداز میں ایسے غذائی اجزاء مہیا کرتے ہیں جو انسانی بدن کے لیے بہت ضروری ہوتے ہیں۔

انتڑیوں کی بیماریاں: کیلا اپنے نرم گودے اور ساخت کی بدولت انتڑیوں کی بیماریوں میں ایک عمدہ غذا ہے۔اس میں ایک نامعلوم مرکب پایا جاتا ہے جسے ازراہ تفنن وٹامن یو کہتے ہیں۔انگریزی کا حرف یو......السر کے حوالے سے ہے۔ یعنی وٹامن جو السر کے حوالے سے مفید ہے۔کیلا ہی صرف ایسا پھل ہے جو کچی حالت میں استعمال کرنے پر معدے کے پرانے السر خراش کو کم کرتا ہے۔

قبض اور اسہال: کیلے قبض اور اسہال دونوں امراض میں بہت مفید ہیں کیونکہ یہ اسہال میں بڑی آنت کی کارکردگی بہتر بناتے ہیں۔ان کے ذریعے بڑی آنت میں پانی کی زیادہ مقدار جذب ہوکر اجابت کو باقاعدہ بناتی ہے۔ قبض میں ان کا استعمال شافی ہوتا ہے۔

پیچش: پکے ہوئے کیلئے کا ملیدہ تھوڑے سے نمک کے ساتھ استعمال کرنا پیچش کا مفید علاج ہے۔ ڈاکٹر کرتی کار کے مطابق پکا ہوا کیلا، املی اور نمک ملا کر استعمال کرنا پیچش کا یقینی اور اکسیر علاج ہے۔ڈاکٹر مذکور کا دعویٰ ہے کہ انہوں نے اس نسخہ سے شدید اور پرانے پیچش کے متعدد مریضوں کا کامیاب علاج کیا ہے۔بچوں میں پیچش کے لیے تو کیلا بہت مفید ہے۔بچوں کو کھلانے کیلئے خوب پکے ہوئے کیلے کو اچھی طرح مسل کر کریم بنالیا جائے۔

گٹھیا اور جوڑوں کا درد: کیلے جوڑوں کے درد، سوزش اور گٹھیا کے علاج میں کارآمد ہیں۔ان کیفیات میں کیلوں پر مشتمل غذا کا استعمال تین یا چار دن تک کافی رہتا ہے۔مریض کو ان دنوں میں آٹھ سے نو کیلئے تک کھانے کیلئے دیئے جاتے ہیں۔اسے کچھ اور کھانے کی اجازت نہیں دی جاتی۔

انیمیا: کیلوں میں چونکہ آئرن کا عنصر پایا جاتا ہے اس لیے یہ خون کی کمی کے امراض میں اچھا علاج ثابت ہوتے ہیں۔ ان کے استعمال سے ہیموگلوبن (خون کے سرخ ذرات) کی پیداوار میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

الرجی: جن لوگوں کو کچھ کھانوں سے الرجی ہوتی ہے اور جن کو جلد پر سرخ دھبوں یا سوزش یا جن لوگوں کو الرجی سے بدہضمی یا دمہ ہوجاتا ہے ان کیلئے کیلا بہت مفید ہے۔پروٹین پر مشتمل کئی غذاؤں کے برعکس جن میں الرجی پیدا کرنے والا امینو ایسڈ ہوتا ہے۔کیلے میں پایا جانے والا امینوایسڈ بہت موافق اثرات رکھتا ہے جو عموماً الرجی پیدا نہیں کرتا۔

گردوں کی بیماریاں: کیلے کا استعمال گردوں کی بیماریوں میں سودمند رہتا ہے کیونکہ ان میں پروٹین کی مقدار بہت کم جبکہ کاربوہائیڈریٹس زیادہ اور نمک کم ہوتا ہے۔گردوں میں اجتماع اور ناقص کارکردگی کی وجہ سے خون میں پیدا ہونے والے زہریلے اثرات میں بھی کیلے بہت مفید ہیں۔

تپ دق: کیلوں کو تپ دق کے علاج میں بھی کارگر سمجھا جاتا ہے۔برازیل کے ڈاکٹر کے مطابق کیلے کے درخت جاوس یا معمول سے پکائے ہوئے کیلے تپ دق کے علاج میں معجزہ نما اثرات دکھاتے ہیں۔

پیشاب کی بیماریاں: کیلے کے تنے سے حاصل کیا گیا جوس پیشاب کی تکالیف میں معروف علاج ہے۔یہ گردے اور جگر کی کارکردگی کو مؤثر بناتا ہے اور ان میں تکلیف دہ اثرات اور بیماریوں کی کیفیات ختم کرتا ہے۔

حیض کی بے قاعدگی: کیلے کے پھول پکا کر دہی کے ساتھ کھانے سے حیض کی باقاعدگیاں دور ہوجاتی ہیں۔ان میں تکلیف کے ساتھ حیض اور کثرت حیض شامل ہیں۔

سر درد روکنے کے طریقے

کسی وقت کا کھانا نہ چھوڑیے: اگر آپ چھ گھنٹے کچھ نہیں کھاتے تو خون میں شکر کم ہوجاتی ہے۔دماغ کو گلوکوز پہنچنا ضروری ہے لہٰذا خون کی رگیں سکڑ کر گلوکوز نچوڑ کر دماغ کو پہنچاتی ہیں۔ **2-دردسر پیدا کرنے والی غذاؤں سے بچیے:** امونیا اور امینو ایسڈز والی غذائیں یا مشروبات ان سے بچیں۔ (مثلاً پنیر، مغزیات، شراب، رس دار پھل (کینو، مالٹا وغیرہ) اور گردے، کلیجی وغیرہ) **3-بقدر ضرورت فولاد اور حیاتین ''ب'' استعمال کیجئے:** خون میں پایا جانے والا فولاد آکسیجن کو منتقل کرتا ہے۔ جب فولاد کم ہوتو آکسیجن کم ہوجاتی ہے اور خون کی رگیں پھیل جاتی ہیں۔ لہٰذا آپ ایسی غذا استعمال کریں جس میں فولاد اور حیاتین ب دونوں ہوں۔ **4-صحت مند طرز حیات اپنائیے:** پوری نیند سونے سے دردسر کم ہی ہوتا ہے۔ہفتے میں 20 سے 30 منٹ کی تین چار بار ورزش جس سے جسم کے اندر زیادہ آکسیجن پہنچے، مفید ہوتی ہے۔سگریٹ پینے سے آکسیجن کم ہوجاتی ہے اور رگیں پھیل جاتی ہیں اس سے دردسر ہوجاتا ہے۔ **5- گھنٹوں اپنی میز پر نہ بیٹھے رہیے:** انسانی جسم کئی گھنٹوں تک ایک ہی وضع پر نہیں رہ سکتا۔کئی گھنٹوں تک بلاحرکت رہنے سے عضلات کی طرف خون کا بہاؤ کم ہوجاتا ہے اس لئے دن میں کئی بار جسم کی وضع بدلنی ضروری ہے۔بیٹھتے وقت صحیح انداز یہ ہے کہ کمر سیدھی رہے، پیر مضبوطی سے فرش پر جمے ہوئے ہوں، سر آگے جھکانے کے بجائے سیدھا رکھا جائے۔ **6-کیمیائی اجزاء دردسر پیدا کرنیوالے کیمیائی اجزاء سے بچیے:** پینٹ، حل کرنے والی چیزیں، پیٹرول کا دھواں، سخت قسم کی خوشبوئیں یہ سب چیزیں دردسر شروع کرسکتی ہیں جن سے خون کی رگیں، بعض صورتوں میں غیرمعمولی طور پر سکڑ جاتی ہیں اور دفعتاً پھیل جاتی ہیں۔اگر آپ ان سے بچ نہیں سکتے تو اپنی جگہ کو ہوادار رکھئے۔ **7-دھوپ سے بچیے:** دیر تک سورج کی طرف مسلسل دیکھنے سے چہرے کے عضلات میں تناؤ آجاتا ہے اور اس سے سخت قسم کا دردسر ہوسکتا ہے۔**اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!**

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج — طبی مشورے

ویڈیو گیم اور دکھی ماں ❁ سانس پھولتا ہے ❁ ہلکی مرگی ❁ قد بڑھ جائے ❁ دل کا درد ❁

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ راز داری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

ویڈیو گیم اور دکھی ماں

میرا بیٹا بیس سال کا ہے اور دس سال سے بیمار ہے اور دس ہی سال سے ہم سب اس کیلئے پریشان ہیں۔ جب وہ دس سال کا تھا تو یہ مصیبت اس طرح شروع ہوئی کہ وہ ویڈیو گیم کھیلنے گلی میں چلا گیا وہاں ویڈیو گیم کھیلتے ہوئے اسے شارٹ لگ گیا اور وہ نیچے گر گیا منہ سے جھاگ نکلنے لگے ڈاکٹرز نے اسے دو گھنٹے آئی سی یو میں رکھا۔ اس کے بعد وہ صبح جب اٹھتا تو جو چیز پکڑتا' وہی اس کے ہاتھ سے چھوٹ کر گر جاتی اور ٹوٹ جاتی۔ پہلے پہل تو ہم نے غور نہ کیا کہ بچہ ہے مگر اب تو دس سال ہو گئے ہیں۔ ہم بچے کو دو سال سے اسلام آباد شعبہ نفسیات میں علاج کروا رہے ہیں وہ کچھ سکون کی دوائیں دیتے ہیں اور دوائیں چھوڑ نہیں سکتے مگر میں کوئی اتنی مالدار امیر نہیں ہوں کہ ہر تین چار ماہ کے بعد بیٹے کو لے کر اسلام آباد جاؤں اور بھاری فیس دے کر چیک کرواؤں۔ **(والدہ' رحیم یار خان)**

مشورہ: خمیرہ گاؤزبان عود صلیب جدوار والا چھ چھ گرام صبح و شام کھلائیں۔ ڈاکٹری علاج بھی جاری رکھیں۔ اسلام آباد جانے کی ضرورت نہیں مقامی نیورو فزیشن کو دکھا دیا کریں۔

سانس پھولتا ہے

عمر 23 سال ہے کئی سال سے بیمار ہوں۔ جسم میں شدید کمزوری ہے' ڈاکٹر خون کی کمی بتاتے ہیں۔ تمام رپورٹیں نارمل ہیں۔ بس میرا سانس پھولتا ہوں' سانس قبضے میں نہیں رہتا۔ دمہ بھی نہیں ہے۔ بیٹھے بیٹھے بھی سانس پھولتا ہے بات نہیں ہوتی۔ ڈاکٹر کہتے ہیں خون کی کمی ہے۔ **(سعدیہ مغل' حیدرآباد)**

مشورہ: آپ بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

میری عمر پچیس سال ہے مجھے تقریباً بیس سال سے دل کے مقام

دل کا درد

پر اچانک درد ہو جاتا ہے اس درد کی کیفیت ایسی ہوتی ہے کہ جیسے دل میں سوئی چبھو دی ہو اس کی وجہ سے میں ساکن ہو جاتی ہوں کسی قسم کی بھی حرکت نہیں کر سکتی۔ **(ج۔و۔بہاولپور)**

مشورہ: ایک کپ عرق سیب' ادرک کا پانی ایک تولہ' لیموں کا پانی ایک تولہ' لہسن کا پانی ایک تولہ' ایک پاؤ شہد میں ملا لیں' روزانہ ایک چائے والا چمچ صبح و شام لیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

ہلکی مرگی

اچانک بیٹھے بیٹھے دماغ کو جھٹکے لگنے لگتے ہیں خاص طور پر یہ کیفیت صبح کے وقت ہوتی ہے ایک لمحہ دماغ سن ہو جاتا ہے ایسا لگتا ہے جیسے دماغ پر ہتھوڑے برس رہے ہوں بات کرتے بھول جاتی ہوں یاد نہیں رہتا کہ کیا بات کر رہی تھی۔ کتاب یا پنسل ہاتھ میں ہو تو اچھل کر دور جا گرتی ہے۔ حکیموں کو دکھایا تو وہ کہتے ہیں معدہ خراب ہے' دماغ کے ایکسرے شیٹ وغیرہ سب نارمل ہیں۔ **(م۔ملتان)**

مشورہ: یہ صرع خفی ہے یعنی ہلکی مرگی ہے جو کسی وقت بھی بڑی مرگی میں تبدیل ہو سکتی ہے۔ آپ کو تیز بخار رہا ہے جس کو جلد اتارنے کی تدبیر نہیں کی گئی اس کے سبب یہ خلل ہوا ہے۔ آپ ستر شفائیں اور جوہر شفائے مدینہ کا باقاعدہ 2 ماہ استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

چہرے پر دانے

میری عمر 20 سال ہے مجھے چہرے پر دانے نکلنے کی شکایت ہے۔ ایام نہیں آتے کیونکہ میں نے ٹھنڈی چیزیں زیادہ کھائی ہیں۔ رات کو نیند بھی کم آتی ہے۔ کبھی کوئی دوا استعمال نہیں کی کیونکہ غربت کا شکار ہوں۔ **(س.....لیہ)**

مشورہ: مصیبت کا مقابلہ صبر اور تدبیر سے کریں۔ چائے کا استعمال فوراً کم کر دیں۔ خالص عمدہ مکھن کا استعمال غذا میں بڑھا دیں۔ غذا اگر متوازن ہو گی تو یہ شکایت خود بخود رفع ہو جائیں گی دوا کی ضرورت ہی نہیں ہو گی۔

ریڑھ کی ہڈی میں تکلیف

میری عمر 28 سال ہے۔ میری ریڑھ کی ہڈی کے نیچے تکلیف ہے۔ ریڑھ کی ہڈی کے اوپر کوئی تکلیف نہیں ہے بیٹھتا ہوں تو صحیح بیٹھا نہیں جاتا۔ درد کی ٹیس سی اٹھتی ہے جہاں ریڑھ کی ہڈی ختم ہوتی ہے وہاں کالا نشان پڑ گیا ہے یہ تکلیف مجھے دو تین سال سے ہے۔ گولیاں کھا کھا کر تھک گیا ہوں کبھی کبھی وزن بھی اٹھانا پڑتا ہے۔ **(ریحان' میرپور آزاد کشمیر)**

مشورہ: آپ کو ڈسک پرابلم ہے اس کیلئے ماہنامہ عبقری کا کمر درد کورس استعمال کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

قد بڑھ جائے

میری عمر سترہ سال ہے میں قرآن مجید کا حافظ ہوں اس کے علاوہ میں میٹرک کا طالب علم ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرا قد پانچ فٹ ایک انچ ہے جبکہ میرا کزن جو مجھ سے صرف چار ماہ بڑا ہے اس کا قد پانچ فٹ آٹھ انچ ہے میں جب اس کے ساتھ چلتا ہوں تو عجیب سا معلوم ہوتا ہے میں چاہتا ہوں کہ میرا قد بڑھ جائے۔ کوئی دوا قد بڑھانے کی بتا دیں۔ **(محمد شہزاد' سیالکوٹ)**

مشورہ: قد بڑھانے کی کوئی دوا نہیں ہوتی۔ بعض فراڈ قسم کے لوگ بعض ہارمونز استعمال کروا دیتے ہیں جن سے غیر طبعی حالت پیدا ہو جاتی ہے۔ اگر گلے میں کوئی تکلیف رہتی ہو تو نمک کے نیم گرم پانی کے غرغرے کریں اور ساتھ اکسیر البدن استعمال کریں۔ البتہ ورزش بھی ایک تدبیر ہے۔ دونوں ہاتھوں سے کسی بلند چیز کو لٹکنے کی ورزش کیا کریں۔

سانس کی تکلیف

مجھے سات سال سے سانس کی تکلیف ہے اب میری عمر 24 سال ہے میں نے سات سال میں ہر طرح کے علاج کروائے ہیں مگر مجھے کسی دوا سے فائدہ نہیں ہوا ہے۔ دھوئیں' خوشبو' دھول' نہانے کے بعد لازمی زکام ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹر بڑے گوشت سے منع کرتے ہیں وہ بھی میں نے سات سال سے نہیں کھایا' دوران تکلیف چلنا پھرنا مشکل ہو جاتا ہے بلکہ اپنی جگہ سے ہلنا بھی دشوار ہو جاتا ہے۔ گھی کی چیزیں کھانے سے نقصان ہو جاتا ہے۔ گرمی برداشت نہیں ہوتی۔ گرمیوں میں بھی ہاتھ پاؤں ٹھنڈے رہتے ہیں۔ پانچ چھ سال پہلے حکمت کی ایک دوا سے فائدہ ہوا تھا تو اب مجبوراً وہی دوا استعمال کر رہی ہوں۔ **(پوشیدہ' گوجرانوالہ)**

مشورہ: آپ پرہیز کر رہی ہیں وہ جاری رکھیں اور ساتھ الرجی دائمی نزلہ کورس تین ماہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ یہ مرض جڑ سے ختم ہو جائے گا اور غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بیماریوں کی گٹھڑی

میں تو بیماریوں کی گٹھڑی ہوں۔ بچی کی پیدائش کے بعد مختلف بیماریوں نے مجھے اپنی لپیٹ میں لے لیا۔ سب سے پہلے تو میرا معدہ خراب ہو گیا۔ موشن لگ گئے جو جانے کا نام ہی نہیں لیتے ہر تھوڑے دن کے بعد شروع ہو جاتے ہیں۔ بریسٹ میں زخم ہو گئے پھر پیشاب کی تکلیف ہو گئی۔ ہر دس پندرہ منٹ کے بعد پیشاب آ جاتا ہے۔ ایک سال پہلے شوہر نے مجھے طلاق دیدی پھر ماہانہ نظام خراب ہو گیا۔ جسم پھولتا جا رہا ہے۔ میرے سر میں درد رہنے لگا اس درد کی اذیت موت کی سی ہے۔ صبح سے شام تک رہتا ہے طبیعت متلی کرتی ہے۔ ایسا شدید درد سر ہوتا ہے۔ **(فرحانہ، مقام نامعلوم)**

مشورہ: آپ ماہنامہ عبقری کی دوا پوشیدہ کورس اور ستر شفائیں لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق کچھ عرصہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ گرم چیزیں نہ کھائیں۔ آپ غذا نمبر 1 استعمال کریں اور ساتھ مربہ ہریڑ کا استعمال ضرور کریں۔

گھنے اور لمبے بال

آج سے چھ آٹھ ماہ پہلے تک تو میرے سر کے بال بہت گھنے اور لمبے تھے لیکن شاید کسی کی نظر لگ گئی کہ چند مہینوں سے میرے بال بہت تیزی سے گرنے شروع ہوئے ہر طریقہ آزمالیا مگر کوئی خاص فائدہ نہیں ہوا۔ بالوں کو اس قدر تیزی سے گرتا دیکھ کر میں بہت گھبرا گئی ہوں۔ براہ مہربانی میرے بالوں کیلئے کوئی نسخہ تجویز کر دیں۔ **(فہمیدہ، راولپنڈی)**

جواب: تقریباً دو لیٹر پانی میں 250 گرام بنفشہ کے پھول اور 50 گرام پرسیاؤ شاں 24 گھنٹے کیلئے بھگو دیں۔ پھر اس پانی میں ایک لیٹر تلوں کا تیل شامل کر دیں اور چولہے پر دھیمی آنچ سے اس وقت تک پکائیں کہ پانی نصف جل جائے۔ اب اس تیل کو چھان کر ٹھنڈا کر کے تیل بوتل میں محفوظ کر لیں اور روزانہ رات کو سوتے وقت اچھی طرح سر میں جذب کر لیں۔

چہرے پر داغ

میں فرسٹ ایئر کی طالبہ ہوں عمر اٹھارہ سال ہے آج سے تین یا چار سال پہلے میرے منہ پر دانے نکلے تھے۔ میں نے دانے چھیلنا شروع کر دیئے تھے اور اب تک چھیلتی ہوں اب میرے چہرے پر بدنما داغ پڑ چکے ہوں جو دھوپ میں نکلنے سے اور بھی برے لگتے ہیں۔ **(کائنات، لاہور)**

جواب: گل منڈی عناب اور شاہترہ تینوں تین تین گرام رات کو نیم گرم پانی میں بھگو دیں اور صبح مل لیں اور چھان کر پی لیں۔ یہ عمل کم از کم ایک مہینہ جاری رکھیں۔ سبز شعاعوں میں تیار کردہ پانی صبح نہار منہ اور شام کے وقت پئیں۔

دماغ کی کمزوری

میرا تعلق شعبہ تصنیف و تالیف سے ہے۔ مجھے ایک عرصہ سے درد سر کی شکایت ہے اور مطالعہ کرنے یا زیادہ گفتگو کرنے سے بڑھ جاتا ہے اور سر چکراتا معلوم ہوتا ہے۔ براہ مہربانی میرے لیے کوئی اچھا سا نسخہ تجویز فرما دیں۔ **(عمر دراز، میانوالی)**

جواب: آپ کو درد سر دماغ اور اعصاب کی کمزوری کی وجہ سے ہے آپ مستقل مزاجی سے دوا کھائیں انشاء اللہ آپ کو شفاء ہوگی۔

ھوالشافی: آپ عبقری کے دفتر سے اکسیر البدن اور روشن دماغ کی ڈبی لیکر لکھی ہوئی ترتیب کے مطابق چند ڈبیاں استعمال کریں۔ بعد از غذا: جوہر شفاء مدینہ لکھی ہوئی ترتیب کے مطابق مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ) جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

جہانیاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012
فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار مورخہ 7,8 جنوری 2012
کراچی	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار مورخہ 28,29 جنوری 2012
اٹک	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار مورخہ 4,5 فروری 2012
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار 11,12 فروری 2012
مظفر گڑھ	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار 18,19 فروری 2012
پشاور	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار 3,4 مارچ 2012
سکھر	درس	بروز جمعہ، ہفتہ، اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012
کوئٹہ	کلینک	بروز پیر، منگل مورخہ 7,8 مئی 2012
باغ آزاد کشمیر	کلینک	بروز ہفتہ، اتوار مورخہ 26,27 مئی 2012

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو، گھیا توری، ٹینڈے، جو کا دلیہ، گندم کا دلیہ، ساگودانہ، کھچڑی، بند، رس، ڈبل روٹی، کھیرے، کھیرے کا سالن، مونگی کی پتلی دال، بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی، بکری کا گوشت شوربے والا، دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا، خرفہ کا ساگ، دہی میٹھا، براؤن بریڈ، سلاد، امرود، گنڈیری، انار، تربوز، گرما، سردا، خربوزہ، حلوہ کدو، پپیتہ، کیلا، چھلکا اسپغول، مربہ آملہ، مربہ ہریڑ، مربہ گاجر، پیٹھے کا حلوہ، خمیرہ گاؤزبان، عرق گاؤزبان، عرق سونف، عرق پودینہ، دودھ سوڈا، آڑو، انگور، ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر پالک، پیٹھا، خرفہ کا ساگ، بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت، سادہ روٹی، دیسی مرغی کا گوشت، سبزیاں ہر قسم کی، دیسی انڈے، آملیٹ، پرندوں کا گوشت، ہریسہ، نہاری، پائے، دال مونگی، دیسی گھی کی چوری، دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں، کھجور تازہ، چھوہارے، روغن زیتون، انجیر، شہد، چنے بھنے، کباب، پیاز کی سلاد، ناریل، منقی، روغن زیتون کا پراٹھا، بادام، پستہ، چلغوزہ، کاجو، مچھلی، گاجر کا حلوہ، پیٹھے کا حلوہ، دال کا حلوہ، لونگ کا قہوہ، کلونجی، خوبانی خشک، مربہ تمام قسم، جو کا ستو، اونٹ کا گوشت، کشمش، انگور، آم، گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

گھر کی آرائش نہایت سستے داموں

یاسین مقبول، کراچی

ہم بھی آپ سے یہی کہیں گے کہ گھر آپ کا ہے تو اس کی آرائش بھی خود کیجئے۔ ویسے بھی جو پیسے آپ ماہر ڈیکوریٹر پر خرچ کریں گی اس سے آپ آرائشی اشیاء خرید کر گھر کو اور زیادہ خوبصورت انداز میں عین اپنے جمالیاتی ذوق کے مطابق سنوار لیں گی

یہ بات درست ہے کہ اینٹ گارے سے بنائی گئی دیواریں، لوہے کے سریوں پر ڈالی گئی چھت اور لکڑی کے دروازے زمین کے ٹکڑے کو مکان کا درجہ تو دے دیتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ گھر صرف اس کے باسیوں سے ہی بنتا ہے اور اگر گھر کے باسی جمالیاتی ذوق کے مالک ہیں تو پھر یہ مکان شاعر کے تصور گھر سے بھی کہیں آگے تک پہنچ جاتا ہے اور ایسا گھر اپنے مکینوں کے روحانی سکون کیلئے ''جنت ارضی'' بن جاتا ہے۔

گھر کی اندرونی آرائش صرف آج کے لوگوں کی پسند و ایجاد نہیں ہے بلکہ زمانہ قدیم کی بہت سی ایسی غاریں بھی دریافت ہوچکی ہیں جہاں ہزاروں سال پہلے انسان رہتا تھا اور اس وقت بھی گھر کی اندرونی آرائش سے آگاہ تھا۔ غاروں میں پتھروں پر آڑھی ٹیڑھی لکیروں سے کھینچی گئی جانوروں، پھول، پودوں اور مختلف پرندوں کی اشکال اس بات کا ثبوت ہے کہ گھر اور اس کی اندرونی آرائش ہمیشہ سے ہی انسان کے جمالیاتی ذوق کا حصہ رہی ہے۔

آج کی جدید اور تیزی سے پھیلتی ہوئی لیکن ذرائع ابلاغ سے سمٹتی ہوئی دنیا نے ''اندرون خانہ آرائش'' کو باقاعدہ طور پر ایک پیشے کا روپ دیدیا ہے۔ گھر کی اندرونی آرائش یا انٹیریئر ڈیکوریشن وہ موضوع ہے جس کی آج باقاعدہ طور پر تعلیم دی جارہی ہے اور یہ لوگ عملی طور پر لوگوں کے گھروں کی اندرونی آرائش کو مالکوں کے ذوق اور عصر حاضر کے جمالیاتی تقاضوں کے عین مطابق اس طرح سنوار دیتے ہیں کہ اہل خانہ خود کہہ اٹھتے ہیں: ''اگر زمین پر جنت ہے تو پھر یہیں ہے۔''

اگرچہ یہ درست ہے کہ انٹیریئر ڈیکوریٹرز گھر کی آرائش کے ماہر ہوتے ہیں اور وہ باقاعدہ طور پر اس کی تعلیم حاصل کرکے عملی زندگی میں قدم رکھتے ہیں تاہم حقیقت یہ ہے کہ گھر مختلف لوگوں سے مل کر بنتا ہے اور گھر کے سب لوگوں کی سوچ بھی مختلف ہوتی ہیں اور کسی انٹیریئر ڈیکوریٹرز کیلئے گھر کے تمام افراد کی سوچ کے عین مطابق گھر کو سجانا نہایت مشکل ہوتا ہے بلکہ وہ گھر والوں کی سوچ سے زیادہ گھر کی تعمیری بناوٹ کو ترجیح دیتا ہے۔ اس لیے بعض اوقات وہ لوگ جو بھاری معاوضے کے عوض انٹیریئر ڈیکوریٹرز کی خدمات حاصل کرتے ہیں اور بعد میں یہ شکوہ کرتے نظر آتے ہیں ''پیسے تو ضائع گئے میں نے تو یوں نہیں سوچا تھا''۔

اب بتائیں کہ اس موقع پر آپ موجود ہوتے تو کیا مشورہ دیتے؟ یقیناً یہی کہتے کہ ''بہن انٹیریئر ڈیکوریٹرز پر کیوں پیسے ضائع کیے خود ہی اپنی مرضی کے مطابق گھر کی آرائش کرلیتے''، ہم بھی آپ سے یہی کہیں گے کہ گھر آپ کا ہے تو اس کی آرائش بھی خود کیجئے۔ ویسے بھی جو پیسے آپ ماہر ڈیکوریٹر پر خرچ کریں گی اس سے آپ آرائشی اشیاء خرید کر گھر کو اور زیادہ خوبصورت انداز میں عین اپنے جمالیاتی ذوق کے مطابق سنوار لیں گی۔

گھر کی آرائش اور اندرونی سجاوٹ کو تبدیل کرنے سے قبل ذیل کی چند باتوں کا بغور جائزہ لے لیں۔

☆ گھر کی اندرونی آرائش وزیبائش کا دائرہ کس حد تک رہے گا؟

☆ گھر کی آرائش کیلئے پہلا قدم کہاں سے اٹھے گا اور آخری قدم کہاں پر رکھا جائے گا۔؟

☆ اس پر اخراجات کا تخمینہ کیا ہوسکتا ہے؟

جب آپ ان سب باتوں کا اچھی طرح جائزہ لے کر یہ طے کرلیں کہ اب کتنے پیسے میں یہ کام مکمل کرنا ہے اور اس کا آغاز و اختتام کیا ہوگا، تب آرائش کے تمام کاموں کو مرحلہ وار تقسیم کرکے ان پر عملدرآمد کا آغاز کریں۔

مرمت: پہلے تو یہ دیکھ لیں کہ گھر کے جس جس حصے کی آرائش و زیبائش کرنا مقصود ہے کیا وہاں پر کسی قسم کی مرمت کی تو ضرورت نہیں ہے۔ مثال کے طور پر کچن یا کمرے کی دیواروں سے پلاستر تو نہیں اتر رہا ہے یا باتھ روم میں لگے ٹائل اتنے تو خراب نہیں ہورہے کہ انہیں بدلنے کی ضرورت ہو اگر آپ سمجھتے ہیں کہ کسی چیز کی مرمت ہونا ضروری ہے تو سب سے پہلے مرمت کروالیں۔

گھر کا ڈیزائن: مرمت سے فارغ ہوکر گھر کے تعمیراتی ڈیزائن پر توجہ دیں، عموماً ہم اندرونی آرائش پر تو بہت توجہ دیتے ہیں لیکن گھر کے تعمیراتی ڈیزائن کو نظر انداز کردیتے ہیں۔ اگر گھر پر تھوڑی سی توجہ دی جائے تو اس کے تعمیراتی ڈیزائن کے اندر رہتے ہوئے بھی بہت سی ایسی تبدیلیاں لائی جاسکتی ہیں جن کا اندرونی آرائش پر بہت اچھا اثر پڑسکتا ہے مثلاً اگر گھر کے سامنے اور عقبی دونوں حصے میں برآمدہ ہے تو آپ ایک برآمدے میں جالی لگوا کر موسم بہار کی ہلکی گرمیوں میں اسے بطور کمرہ بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اگر بجلی چلی جائے تو اس ہوادار لیکن جالی کی وجہ سے مچھر، مکھیوں سے محفوظ کمرے میں دوپہر اور رات آرام سے گزاری جاسکتی ہے۔

صحن: صحن اگر کافی بڑا ہے تو اس کے ایک حصے کو کچا کروالیں اور اس میں کیاری بنالیں۔ اس سے نہ صرف صحن بہت خوبصورت ہوجائیگا بلکہ گرمیوں کی راتوں میں اگر آپ یہ صحن سونے کیلئے استعمال کرتے ہیں تو پھر اس میں رات کی رانی بھی لگالیں۔

رنگ وروغن: گھر کی ازسرنو آرائش اس وقت تک ماند رہتی ہے جب تک دیواریں، چھتیں اور کھڑکیوں پر رنگ و روغن نہ ہو جب آپ مرمت کے کام سے فارغ ہوجائیں تو پھر گھر کے رنگ وروغن کے کام کا آغاز کریں۔ گھر میں رنگ وروغن کرواتے ہوئے درست رنگوں کا انتخاب بہت اہم ہوتا ہے۔ ہلکے رنگوں سے چھوٹی اور تنگ جگہ بھی کھلی کھلی اور کشادہ محسوس ہوتی ہے۔

فرنیچر: گھر کی دیواروں اور فرش پر بچھے کارپٹ سے فرنیچر کی مطابقت اگرچہ مہنگا شوق ہے اور فرنیچر جلدی جلدی بدلنا ممکن بھی نہیں ہوتا مگر اس مشکل کا بہترین حل یہ ہے کہ اگر آپ کے صوفے یا کرسیوں کا رنگ پردوں اور دیواروں کے رنگ سے مطابقت نہیں کررہا ہے تو اس پر پردوں سے ہم آہنگ اور دیواروں کے رنگ سے میچ کرتے ہوئے کپڑے کے کور چڑھوالیں یا صوفے کی گدیوں پر ان رنگوں سے مطابقت کرتا ہوا کپڑا لگوالیں۔ اس سلسلے میں مہنگے کپڑے کے انتخاب سے زیادہ میچنگ پر توجہ دینا لازمی ہے۔

روشنی: دیکھا گیا ہے کہ عام طور پر گھر کی آرائش میں روشنی کے انتظام کو نظر انداز کردیا جاتا ہے۔ یہاں قدرتی نہیں بلکہ بجلی کی بات کی جارہی ہے۔ انرجی سیور اور ٹیوب لائٹ صرف گھر کو روشن کرنے کیلئے ہی نہیں ہیں ان کو اگر درست طریقے سے لگایا جائے تو اس سے گھر کے اندرونی حصے کی آرائش نہایت خوبصورت نظر آسکتی ہے۔ بازار سے کم قیمت پر سٹینڈ لیمپ دستیاب ہیں جن کے ذریعے روشنی کو اپنی مرضی سے سیٹ کرکے گھر کے اندرونی حصے میں حسین مناظر بناسکتے ہیں۔ یہ لیمپ فلوریسینٹ لیمپ کہلاتے ہیں۔ ان کی مدد سے دیواروں پر لگے بلب اور ٹیوب لائٹیں بند کرکے لیمپ سے چھت پر اس زاویے سے روشنی سیٹ کی جاسکتی ہے کہ جس سے منظر خوبصورت ہوجاتا ہے اور بلب ٹیوب لائٹ کے مقابلے میں یہ روشنی آنکھوں پر زیادہ دباؤ بھی نہیں ڈالتی ہے۔

دعا نے ظالموں کو قدموں میں گرا دیا

جب وہ باتیں کررہے تھے تو انکے آنسو تکیے کو بھگو رہے تھے خدا کی قسم پتہ نہیں کیوں میرا دل کہتا تھا کہ اس کے یہ ندامت کے آنسو ضائع نہیں جائینگے۔ میں نے دوبارہ جا کر جب دیکھا تو انکا ایک ہاتھ کام کر رہا تھا میں نے انہیں تسبیح دی کہ اس پر استغفار پڑھتے رہیں

(محمد اویس لاہور)

ایک دوست نے اپنا واقعہ سنایا کہنے لگے بندروڈ پر میری دکان ہے ساتھ میں ایک ورکشاپ ہے اس کے مالک بڑے بااثر اور طاقت ور لوگ ہیں' بدمعاش بھی ہیں دھونس اور دھاندلی سے اپنے کام نکلوا لیتے ہیں۔ ان کی میری دکان پر نظر تھی کہ کسی طرح یہ مجھ سے ہتھیا لیں بدقسمتی سے ایک دن ان کی کار کا شیشہ ٹوٹ گیا۔ انہوں نے مجھے بلا کر کہا کہ یہ شیشہ تم نے توڑا ہے۔ میں نے کہا کہ میں نے ایسا نہیں کیا ہے تو انہوں نے اپنی ورکشاپ کے مکینوں اور ملازموں سے گواہی دلوادی کہ یہ کام میں نے ہی کیا ہے۔ وہ کہنے لگے پیسے بھرو ورنہ ہم تمہیں پولیس کے حوالے کریں گے؟ میں بہت فکرمند ہوا انہوں نے مجھے گالیاں بھی دیں۔ اسی اثناء میں عصر کی نماز کا وقت ہوگیا میں قریب واقع مسجد میں نماز کیلئے چلا گیا میں سخت دل گرفتہ تھا' صدمہ اور غم سے میرا بُرا حال تھا' نماز ادا کرنے کے بعد میں مسجد میں ایک طرف جا بیٹھا اور اپنے رب سے ان الفاظ میں فریاد کی ''یا اللہ! میں نے تجھے نہیں دیکھا ہے مگر تو ہے تو میری ان ظالموں سے گلوخلاصی کروا دے۔'' میں کافی دیر وہیں بیٹھا اللہ کے آگے روتا رہا یہاں تک کہ میرے زانو آنسوؤں سے تربتر ہوگئے۔ پھر مجھے سکون ملا تو میں واپس آ گیا۔

سچ ہے مظلوم کی دعا اور مالک کے درمیان کوئی چیز حائل نہیں ہوتی۔ پھر ایک عجیب واقعہ رونما ہوا کہ انہوں نے کسی شادی میں شرکت کرنے جانا تھا تو انہوں نے نئی ونڈ وسکرین منگوائی اور اسے جیسے ہی لگایا وہ دفعتاً ٹوٹ کر کرچی کرچی ہوگئی۔ انہوں نے مکینکوں کو گالیاں دیں کہ ونڈ سکرین توڑ دی ہے انہوں نے ایک اور ونڈ سکرین منگوائی لگانے کے فوراً بعد وہ بھی ٹوٹ گئی یہاں تک کہ پانچ ونڈ سکرینیں ٹوٹ گئیں تو وہ میرے پاس آئے مجھ سے معافی مانگی۔ کہنے لگے ہمیں معاف کردو ہم نے آپ کے ساتھ زیادتی کی تھی اب آپ ایک مرتبہ اپنا ہاتھ اس گاڑی پر لگا دو تو ہمارا کام ہوجائے گا۔ میں نے ہاتھ لگا دیا اب کی مرتبہ انہوں نے جو ونڈ وسکرین لگائی تو وہ نہیں ٹوٹی وہ تو میرے مرید ہی ہوگئے اب وہ میری بہت زیادہ عزت کرتے ہیں اور اپنے کاموں کیلئے دعا کا کہتے رہتے ہیں۔

ندامت کے آنسو

(عظمیٰ اعجاز لاہور)

یہ واقعہ میرے میاں کے دوست کے ساتھ پیش آیا میرے میاں اور وہ کافی گہرے دوست تھے یہاں بھی اکٹھے رہے پھر میرے میاں بیرون ملک چلے گئے اور قسمت ایسی کہ انکا بھی وہاں آنا ہوگیا' اب ایسا ہوا کہ دونوں ہی خوب دنیا کی مستیوں میں رنگ گئے یعنی شراب' سگریٹ نہ نماز نہ قرآن۔ پھر ایسا ہوا واپس آنا ہوا دونوں کی شادیاں ہوئیں' میرے میاں کو کافی عرصے بعد اللہ نے ہدایت دیدی مگر ان کا دوست اب بھی نماز سے غافل رہتا ایک دن اچانک انہیں بخار آ گیا دوائی لی پر بڑھتا چلا گیا' سروسز ہسپتال لے گئے علاج ہوا مگر فائدے کے بجائے دو دن میں طبیعت اتنی بگڑ گئی کہ نیچے کا پورا جسم مفلوج ہوگیا۔ فوراً شالیمار لے گئے وہاں علاج شروع ہوا' بس چہرہ حرکت کرسکتا تھا' باقی جسم بے جان ہوگیا۔ سب نے اس کیلئے دعا کی' مالی امداد بھی کی' ہسپتال والوں نے دو لاکھ کا خرچ بتایا جس کی وجہ سے سب پریشان تھے۔ میں نے درس میں آ کر اللہ سے باتیں کی۔ پھر انکی عیادت کیلئے گئی حکیم صاحب ان کے الفاظ مجھے کبھی نہیں بھول سکتے۔ مجھے دیکھا تو رونے لگے اور کہا کہ بھابی ہم دوست بیٹھے ہوتے تھے مسجد سے اذان کی آواز آتی' ہم سنی ان سنی کردیتے' بلاوا آتا پر نہ جاتے۔ اب دعا ہے کہ اللہ صحت دیدے تو نماز قضاء نہ کرونگا' میں نے بھی انہیں سمجھایا کہ اللہ سے توبہ کرو اور اللہ کے ساتھ باتیں کرو' مجھے یقین ہے جلد ہی صحت ملے گی میں گھر آئی تو اپنے میاں سے کہا کہ مجھے یقین ہے وہ جلد ہی ٹھیک ہو جائینگے اور کوئی پیسہ بھی نہیں لگے گا۔

جب وہ باتیں کررہے تھے تو انکے آنسو تکیے کو بھگو رہے تھے خدا کی قسم پتہ نہیں کیوں میرا دل کہتا تھا کہ اس کے یہ ندامت کے آنسو ضائع نہیں جائینگے۔ میں نے دوبارہ جا کر جب دیکھا تو انکا ایک ہاتھ کام کر رہا تھا میں نے انہیں تسبیح دی کہ اس پر استغفار پڑھتے رہیں اور درود پاک پڑھیں اور اللہ سے معافی مانگتے رہیں اللہ کا فضل ہوا اور وہ ایک ماہ میں تندرست ہوگئے۔ اب وہ نماز بھی پڑھتے اور کام بھی کرتے ہیں۔ میں اپنے بچوں کو مثال دیتی ہوں کہ دیکھو وہ زندہ مثال ہے اس سے سبق لو۔ اللہ ہمیں سچی توبہ کی توفیق دے۔

مولانا وحیدالدین خان

انسان کو قابو میں لانے کا آسان طریقہ

وہی شخص جو اس سے پہلے آپ کے اوپر پھول برسا رہا تھا اب وہ آپ کے اوپر کانٹے اور آگ برسانے کیلئے آمادہ ہوجائیگا

سی ایف ڈول نے کہا ہے کہ مہربانی کا برتاؤ دنیا میں سب سے بڑی عملی طاقت ہے۔ یہ محض ایک شخص کا قول نہیں' یہ ایک فطری حقیقت ہے۔ انسان کے پیدا کرنے والے نے انسان کو جن خصوصیات کے ساتھ پیدا کیا ہے۔ ان میں سے اہم ترین خصوصیت یہ ہے کہ کسی آدمی کے ساتھ برا سلوک کیا جائے تو وہ بپھر اٹھتا ہے اور اگر اس کے ساتھ اچھا سلوک کیا جائے تو وہ احسان مندی کے احساس کے تحت سلوک کرنے والے کے آگے بچھ جاتا ہے۔

اس عام فطری اصول میں کسی بھی شخص کا کوئی استثناء نہیں حتیٰ کہ دوست اور دشمن کا بھی نہیں۔ آپ اپنے ایک دوست سے کڑوا بول بول لیے اس کو بے عزت کیجئے۔ اس کو تکلیف پہنچایئے آپ دیکھیں گے کہ اس کے بعد فوراً وہ ساری دوستی کو بھول گیا ہے۔ اس کے اندر اچانک انتقامی جذبہ جاگ اٹھے گا۔ وہی شخص جو اس سے پہلے آپ کے اوپر پھول برسا رہا تھا اب وہ آپ کے اوپر کانٹے اور آگ برسانے کیلئے آمادہ ہوجائے گا۔

اس کے برعکس ایک شخص جس کو آپ اپنا دشمن سمجھتے ہیں اس سے میٹھا بول بول لیے' اس کی کوئی ضرورت پوری کردیجئے' اس کی کسی مشکل کے وقت اس کے کام آ جایئے حتیٰ کہ پیاس کے وقت اس کو ایک گلاس ٹھنڈا پانی پلا دیجئے اچانک آپ دیکھیں گے کہ اس کا پورا مزاج بدل گیا ہے۔ جو شخص اس سے پہلے آپ کا کھلا دشمن دکھائی دے رہا تھا وہ آپ کا دوست اور خیر خواہ بن جائے گا۔

خدا نے انسان کی فطرت میں یہ مزاج رکھ کر ہماری عظیم الشان مدد کی ہے۔ اس فطرت نے ایک نہتے آدمی کو بھی سب سے بڑا تسخیری ہتھیار دے دیا ہے۔ اس دنیا میں شیر اور بھیڑیئے کو مارنے کیلئے گولی کی طاقت چاہیے مگر انسان کو زیر کرنے کیلئے کسی گولی کی ضرورت نہیں اس کے لیے حسن سلوک کی ایک پھوار کافی ہے۔ کتنا آسان ہے انسان کو اپنے قابو میں لانا۔ مگر نادان لوگ اس آسان ترین کام کو اپنے لیے مشکل ترین کام بنا لیتے ہیں۔

چہرے کی جھڑیاں ہمیشہ کیلئے ختم

ڈاکٹر طیب شفیق، کراچی

آپ عمر کے جس دور سے گزر رہے ہیں اس میں یقیناً آپ بدلنے لگے ہیں، آپ کے بال قدرے کھچڑی ہوگئے ہیں یا کچھ کچھ گنجے ہوگئے ہیں۔ چہرے پر جھریاں پڑنے لگی ہیں۔ جسم بھاری بھرکم یا دبلا پتلا ہوگیا ہے۔ آپ آئینہ دیکھتے ہیں تو خود سے کہتے ہیں ''افسوس!

دوڑ ختم کر دیجئے، رکیے، ٹھہریئے، جوانی نیلامی کی بولی تو نہیں ہے کہ ایک، دو تین کہتے ہی ختم ہو جائے گی، بوکھلاہٹ کیسی؟ جوانی آپ سے جدا نہیں ہو رہی، آپ ہی جوانی کو الوداع کہہ رہے ہیں۔ ہر کام میں تیزی سے کام لے کر آپ جوانی سے دور بھاگ رہے ہیں۔ آپ نے جلد بازی کو شعار بنا رکھا ہے، آپ نے زندگی کی رفتار کو خود ہی تیز بنالیا ہے، آپ دوڑ لگا رہے ہیں، تیز اور تیز۔ اسی تیزی میں جوانی کو پیچھے چھوڑے جا رہے ہیں۔

آپ نے اب تک تیزی کے ساتھ زندگی بسر کی ہے۔ پیدا ہوئے، پروان چڑھے، تعلیم پائی، ملازمت اختیار کی یا کاروبار اپنایا، شادی ہوئی، متاہل زندگی گزاری، بچوں کو پالا، انہیں تعلیم دلائی، ان کے شادی بیاہ کر دیئے، ہر کام تیزی سے کرنا ضروری تھا، آخر ہر بات کا ایک وقت مقرر ہوتا ہے۔ کوئی تعجب نہیں کہ ان کاموں کو نمٹاتے نبیڑتے آپ کی عمر کا پیالہ بھی لبریز ہو جائے اور یہ بھی حیرت کی بات نہیں کہ زندگی کی اس دوڑ سے آپ کے چہرے پر تھکن کے آثار ظاہر ہونے لگے ہیں۔ آپ میں بڑھاپے کی علامات دیکھ کر آپ کو گوشہ نشین ہو جانے کیلئے کہا جاتا ہے۔

ٹھیک ہے! اب آپ جہاں ہیں وہیں رک جائیں۔ اپنے آپ سے کہیں ''آج کے بعد سے ایک تبدیلی آئے گی، زندگی میں انقلاب آئے گا۔'' یہ تبدیلی یہ انقلاب آپ کی زندگی کی کایا کلپ کرے گا مگر یہ کایا کلپ بہتری پر مبنی ہوگی، سرگرانی، بھاگ دوڑ اور دم گھٹنے کا زمانہ ختم ہوا۔

تبدیلی کی شرط یہ ہے کہ آپ اپنی ذات کو تسلیم کر کے اسے اہمیت دیں۔ دوسروں پر انحصار کم کر کے اپنے اوپر زیادہ اعتماد کریں۔ یہ تبدیلی عادتوں کی ہے۔ آپ کو خود کو خواہشات کا غلام بنانے کی بجائے اپنے نفس پر قابو رکھنا ہے۔ یہ تبدیلی رفتار کی ہے آج سے آپ کو جلد بازی ترک کر دینی ہے۔ آپ کے پاس بہت وقت ہے آپ کو اپنے وقت کی قدر کرنی ہے۔ یہ وقت صرف اپنی ذات پر صرف کریں۔ خود فیصلہ کریں کہ اس وقت کو کس کام میں لائیں۔ یاد رکھیں! یہ وقت آپ کا ہے اور بہت ہے۔ آپ کو سو سال جینا ہے بلکہ یہ عمر بھی توقع سے کہیں کم ہے اس لیے اپنے وقت کا مصرف اپنے لیے سوچیں۔

آپ عمر کے جس دور سے گزر رہے ہیں اس میں یقیناً آپ بدلنے لگے ہیں، آپ کے بال قدرے کھچڑی ہوگئے ہیں یا کچھ کچھ گنجے ہوگئے ہیں۔ چہرے پر جھریاں پڑنے لگی ہیں۔ جسم بھاری بھرکم یا دبلا پتلا ہوگیا ہے۔ آپ آئینہ دیکھتے ہیں تو خود سے کہتے ہیں، ''افسوس! اب بڑھاپے کی منزل شروع ہوگئی، مگر یہ تو ہونا ہی تھا، کچھ عرصے بعد میں بھی خاندان کے دوسرے بوڑھوں جیسا ہو جاؤں گا۔''

سوچیے کیا آپ کے بال اسی لیے تو سفید نہیں ہوگئے یا جھڑ گئے کہ آپ کو ایسا ہونے کی پہلے ہی سے توقع تھی؟ آپ جب بھی آئینے کے سامنے ہوتے تو غیر شعوری طور پر اپنے چہرے پر بڑھاپے کی علامات تلاش کرتے، اپنا موازنہ خاندان کے اس بوڑھے سے کرتے جس کے بارے میں سب کہتے تھے کہ آپ کی صورت اس سے بہت ملتی ہے؟

یہ نفسیاتی اثر اپنے ذہن و دل سے نکال دیں اور خود کہیں ''میں! ہاں میں جو اس وقت آئینے کے سامنے بیٹھا ہوں ایک نوجوان آدمی ہوں'' یہ بات بلند آواز سے کہیں اور بار بار کہیں اپنے آپ کو تسلیم کرا دیں کہ آپ جوان ہیں۔

آج کے بعد سے خود کو ایک جوان آدمی کے روپ میں دیکھنا شروع کر دیں۔ وہ اہم واقعات یاد کریں جو آپ کو بیس سے تیس یا پینتیس سال کی عمر کے دوران پیش آئے تھے۔ وہ خاص مواقع ذہن میں لائیں جب آپ نے جرأت و بہادری کا مظاہرہ کیا تھا۔ ان تقاریب کا تصور کریں جن میں آپ بہت ہی اچھے لگے تھے۔

یہ صورت جس پر بڑھاپے کا خول چڑھ گیا ہے اس کے پیچھے آپ کی جوانی جھلک رہی ہے۔ آپ کوشش کر کے بڑھاپے کے اس خول کو اتار سکتے ہیں پھر آپ کی جوانی چہرے پر دوبارہ جلوہ فگن ہو جائے گی۔

یقیناً آپ کی حالت بدل جائے گی کوئی بھی بات پورے یقین اور تواتر کے ساتھ کہی جائے تو وہ پوری ہو جاتی ہے۔ وزن اٹھانے کی مشق کرنے والے اسی تواتر کی بدولت بے انتہا وزن اٹھا کر دیکھنے والوں کو حیرت زدہ کر دیتے ہیں۔ تواتر کے عمل سے ہر شخص خود کو بدل سکتا ہے۔ پھر خود کو بدلنے کا ابھی اسی وقت فیصلہ کیوں نہ کرلیں؟ خود کو بہتر بنانے کی تبدیلی لانا کتنی اچھی اور مثالی بات ہے۔

آپ کے اندر آپ کی اصل شخصیت، آپ کی جوانی آپ کو پکار رہی ہے۔ آپ کا چھپا ہوا شباب آواز دے رہا ہے ''مجھے باہر آنے دو'' اسے باہر لانے کی یہی صورت ہے کہ اپنی جوانی کی پسندیدہ تصویر ہر وقت اپنی ذہن کی آنکھوں کے سامنے رکھیں۔ اگر آپ واقعی دل سے یہ محسوس کرنے لگیں کہ آپ اب بھی جوانی کی تصویر جیسے ہی دکھائی دیتے ہیں اور جب بھی آئینہ کے سامنے ہوں اپنی جوانی ہی کا تصور کریں تو یقین مانیے زیادہ دیر نہیں لگے گی کہ آپ ہر آئینے میں خود کو جوان دیکھنے لگیں گے اور آپ کو دیکھنے والے حیرت سے کہہ اٹھیں گے ''ارے! آپ تو پھر سے جوان ہو رہے ہیں۔''

انمول خزانے کی برکت

اس دفعہ بی ایڈ کی طالبات کو دو انمول خزانے دیئے اور فضائل و برکات سمجھائے سب نے خوشی سے پڑھا اب حال ہی میں سب طالبات کو گورنمنٹ کی طرف سے 30 ہزار فی لڑکی ملا ہے تو کہہ رہی تھیں کہ یہ سب انمول خزانے کی وجہ سے ہے۔ **(صفورا سلطانہ، لالہ موسیٰ)**

آرام طلبی کے نقصانات اور جدید سائنسی تحقیقات

حقیقت یہ ہے کہ بے کاری نہایت بری چیز ہے' وہ آدمی کی تمام بہترین صلاحیتوں کو کھاجاتی ہے۔ بے کار آدمی بظاہر دیکھنے میں زندہ معلوم ہوتا ہے مگر حقیقتاً وہ ایک مرا ہوا انسان ہوتا ہے اس کے اندر سے وہ تمام لطیف احساسات ختم ہوجاتے ہیں

حضرت عمر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں کسی آدمی کو دیکھتا ہوں اور وہ مجھے پسند آتا ہے مگر جب معلوم ہوتا ہے کہ وہ کوئی کام نہیں کرتا تو میری نگاہ میں گرجاتا ہے۔

حضور نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ''تندرستی اور فرصت کے لمحات دو ایسی نعمتیں ہیں جن میں اکثر لوگ گھاٹے میں مبتلا ہیں۔

حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ کا ارشاد گرامی ہے ''میں اس بات کو بہت معیوب سمجھتا ہوں کہ تم میں سے کوئی لایعنی زندگی بسر کرے نہ دنیا کیلئے کوئی عمل کرے نہ آخرت کیلئے۔''

حضور نبی کریم ﷺ کا فرمان عالی شان ہے ''اللہ تعالیٰ نوجوان سے سستی پر نفرت کرتے ہیں۔''

حقیقت یہ ہے کہ بے کاری نہایت بری چیز ہے' وہ آدمی کی تمام بہترین صلاحیتوں کو کھاجاتی ہے۔ بے کار آدمی بظاہر دیکھنے میں زندہ معلوم ہوتا ہے مگر حقیقتاً وہ ایک مرا ہوا انسان ہوتا ہے اس کے اندر سے وہ تمام لطیف احساسات ختم ہوجاتے ہیں جو کسی انسان کو حقیقی معنوں میں انسان بناتے ہیں۔

آرام سے ہڈیاں گھلتی ہیں

آپ شاید یہ پڑھ کر حیران ہوں گے کہ بستر میں ایک ہفتہ آرام کرنے سے ہڈیوں کے حجم میں ایک فیصد کمی واقع ہوجاتی ہے' اس لیے بڑے آپریشن اور فلو وغیرہ میں مبتلا ہونے کے بعد کیلشیم کی اضافی خوراک استعمال کرنی چاہیے۔ نیبراسکا کی کرائی ٹن یونیورسٹی کے ہڈیوں اور کیلشیم کے چوٹی کے ماہر ڈاکٹر رابرٹ ہینے کے مطابق بستر میں لیٹے رہنے سے ہڈیاں بے عملی کی وجہ سے گھلنے لگتی ہیں اور گھلاؤ کی یہ رفتار ایک فیصد فی ہفتہ رہتی ہے۔

ٹالنے کی عادت سے بچیں

چیزوں یا کاموں کو آگے کیلئے یا کل پر ٹالنے کی عادت سے بچیں۔ کامیاب لوگ وہ ہوتے ہیں جو اپنی کرسی سے اٹھ کر فوراً کام کرتے ہیں۔ کسی چیز کو شروع کرنے کا صحیح وقت بس یہی ہے' کل نہیں۔ صرف بات کرنا اور چیزوں کو روز بروز لٹکائے رکھنا ناکامی کی طرف جانے کا لازمی اشارہ ہے۔ اس لیے سستی چھوڑ دیں اور کام شروع کردیں۔ ہنری ڈبلیو لانگ فیلو کا بیوی کی وفات کے بعد اپنے آپ کو مصروف رکھنے کا واقعہ ہر ماہر نفسیات آپ کو یہی مشورہ دے گا کہ مصروف رہیں' اعصابی مریض کیلئے یہ بہترین علاج ہے۔ ہنری ڈبلیو لانگ فیلو نے بھی اپنی نوجوان بیوی کی وفات پر اپنے آپ کو مصروف رکھا۔ اس کی بیوی ایک دن موم بتی کے ساتھ کسی مومی سیل کو پگھلا رہی تھی کہ اس کے کپڑوں کو آگ لگ گئی' لانگ فیلو اس کی چیخیں سن کر بھاگا مگر وہ اس کے پہنچنے سے پہلے ہی جل کر مرگئی کچھ دیر کیلئے وہ اس ہولناک حادثے کے باعث تقریباً پاگل ہوگیا مگر خوش قسمتی سے اس کے تین بچوں کو اس کی توجہ کی ضرورت تھی۔ اپنے غم کے باوجود لانگ فیلو کو ان کا باپ اور ماں بن کر دکھانا پڑا' وہ انہیں سیر کیلئے لے جاتا' انہیں کہانیاں سناتا' ان کے ساتھ کھیلتا' انہیں پوری کمپنی دیتا' انہیں پڑھاتا' ان سب کاموں نے اسے اتنا مصروف کردیا کہ اس کا سکون اسے واپس مل گیا۔ ٹینیسن کا عزیز ترین دوست آرتھر ہیلم جب اس سے بچھڑ گیا تو اس نے کہا مجھے کچھ نہ کچھ کام کرتے رہنا چاہیے۔ اس سے پہلے کہ میں پریشان میں اپنے آپ کو ختم کربیٹھوں۔

بیکار آدمی کو دماغ کی بیماری کا خطرہ: ڈاکٹروں کا کہنا ہے کہ صحت مندی بڑھتی عمر اور دماغی چستی کا گہرا تعلق ہے۔ بیکار دماغ بالکل اس طرح ختم ہوجاتا ہے جیسا کہ نہ استعمال ہونیوالی ٹانگ' جس طرح ورزش پٹھوں کی حفاظت کرتی ہے' دماغی کام آپ کی قوت مدافعت اور دماغ کی صلاحیت کو قائم رکھتا ہے جو لوگ سو سال کی عمر تک پہنچ جاتے ہیں وہ زندگی سے فرار حاصل نہیں کرتے بلکہ ہر قدم پر کسی بھی نقصان کا اچھے طریقے سے سامنا کرتے ہیں۔ ایسی بہت سی مثالیں ہیں کہ لوگ اپنی زندگی میں ہر قسم کا جانی و مالی نقصان برداشت کرنے کے باوجود اب بھی بھرپور زندگی گزار رہے ہیں۔ موت سے پہلے مرنے کی کوشش نہ کریں بلکہ صحت مند اور طویل زندگی پانے کیلئے سادہ خوراک' ورزش اور مثبت سوچ اختیار کریں۔ والٹیز کہتا ہے کہ: ''زندگی کی مصیبتیں ہلکی بنانا چاہتے ہو تو اپنے آپ کو زیادہ سے زیادہ مصروف رکھو۔''

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

اصلاحی کیفیت

ایک بہن' (پوشیدہ)

حکیم صاحب! میں جب رات کو سوئی تو اللہ سے باتیں کرتی کرتی سوگئی کہ یا اللہ اگر کوئی گناہ ہوگیا ہے تو معاف کردے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کیلئے لاکھوں دعائیں دل سے نکلتی ہیں۔ آپ نے ہماری زندگی بدل دی ہے۔ الحمدللہ کہ اللہ نے ہمیں صحیح راستہ دکھایا۔

حکیم صاحب! عبقری کے ذریعے آپ سے ملاقات کے بعد میرے دن رات بدل چکے ہیں اب میں دین کی راہ پر چلنے لگی ہوں۔ میں نے ایک بات جو کہ عجیب نسخہ بھی ہے اور دوائی بھی خاص عبقری کے قارئین کیلئے بھیجی ہے۔ ہوا ایسا کہ میں نے تقریباً تین دن فجر کی نماز نہ پڑھی کیونکہ میری بیٹی بیمار تھی رات کو اسی کے ساتھ لگی رہتی تھی' صبح دیر سے آنکھ کھلتی اور فجر کا ٹائم ختم ہوگیا ہوتا۔ اس دوران میں نے دیکھا کہ میری طبیعت خراب رہنے لگی پھر ویسے ہی حالت جیسے بلڈ لو ہونے پر ہوتی ہے' نہ کوئی کام کرنے کو جی چاہے نہ ہی ٹھیک سے قرآن پاک پڑھ سکوں۔ بس بیزاری اور بے چینی بس دل میں یہ ہی آئے کہ بس میرا اللہ مجھ سے ناراض ہوگیا ہے۔ اسی لیے فجر کی نماز چھوٹ رہی ہے۔ میرے شوہر اصرار کرتے رہتے کہ جاؤ دوائی لے آؤ۔ کیونکہ پہلے والی حالت کی وجہ سے وہ جانتے تھے کہ حالت زیادہ بگڑ جائیگی۔ (میرا بلڈ پریشر اکثر لو رہتا تھا جس کی وجہ سے میری طبیعت اکثر زیادہ خراب ہوجاتی تھی) خیر میں نے ان سے کہا کہ میں نے فجر کی نماز نہیں پڑھی اسی لیے حالت ایسی ہے کل تک دیکھتے ہیں۔

حکیم صاحب! میں جب رات کو سوئی تو اللہ سے باتیں کرتی کرتی سوگئی کہ یا اللہ اگر کوئی گناہ ہوگیا ہے تو معاف کردے مگر مجھ سے نماز کی توفیق نہ چھین' مجھ سے ناراض نہ ہو اور بھی بہت کچھ کہتی رہی اللہ کا شکر صبح فجر کی نماز پڑھی' وہی معمول کے مطابق قرآن پاک پڑھتی رہی اور جو کچھ روزانہ پڑھتی تھی سب کچھ پڑھا۔ گھر کا سارا کام بھی کیا جو کہ 3 دن سے نہیں کیا تھا۔ کھانا بھی بنایا اور یقین کریں میں تو ایسی فریش تھی کہ جیسے مجھے کچھ ہوا ہی نہ ہو۔ میرے شوہر اٹھے انہوں نے بھی دیکھا اور خوش ہوگئے۔ حکیم صاحب! فجر کی نماز اور صبح کے ذکر اور سورۂ یٰسین' سورۂ مزمل' سورۂ ملک' آخری 6 سورتیں' سورۂ کوثر 129 بار اور بھی کافی چھوٹے چھوٹے عمل ہیں جو کہ کرتی ہوں یہ تو میرے جسم کی مشین میں پٹرول کا کام دیتے ہیں۔ بس دعا کرتی ہو کہ یا اللہ مجھ سے نماز' اذکار اور درس کی سعادت نہ چھین لینا۔

گھریلو جھگڑے اور ان کا بہترین حل

پرنسپل غلام قادر ہراج، جھنگ

ہر بیوی کی تین بنیادی ضرورتیں پوری کرنا شوہر کا فرض ہے۔ تحفظ، خاوند کی توجہ، حوصلہ افزائی۔ اگر ان میں سے کسی ایک پہلو میں کمی رہ گئی تو گھر اجڑنے کا خطرہ ہے۔ بعض اوقات خاوند کچھ ایسی غلطیاں کر بیٹھتا ہے کہ گھر میں لڑائی جھگڑے کی فضا پیدا ہو جاتی ہے

جہاں تک ساس اور بہو کے جھگڑوں کا تعلق ہے اس کی بنیادی وجہ کم علمی اور دین سے دوری ہے، عورتیں مل بیٹھتی ہیں، تھوڑی سی بات پر جلد نتیجے نکال لیتی ہیں اور اس میں غلطی کر جاتی ہیں، غلط فہمیوں کی وجہ سے آپس میں لڑائیاں شروع ہو جاتی ہیں، ان غلط فہمیوں کو دور کرنا خاوند کی ذمہ داری ہے، خاوند ایک آنکھ سے ماں کا عمل دیکھے دوسری آنکھ سے بیوی کا عمل دیکھے، ایک کان سے ماں کی بات سنے، دوسرے کان سے بیوی کی بات سنے اللہ تعالیٰ نے دونوں آنکھوں اور دونوں کانوں کے درمیان دماغ رکھا ہے۔ اب وہ اپنے دماغ سے سوچ کر فیصلہ کرے کہ اعتدال کا راہ کونسا ہے جب خاوند یہ ذمہ داری سنبھال لے گا وہ دونوں کو الجھنے کا موقع نہ دے گا۔ غیر جانبدار ہو کر فیصلہ کرے گا تو گھر کا ماحول خوشگوار ہو جائیگا۔

بہو کو چاہیے کہ وہ ساس کو ماں کا درجہ دے اور ساس اپنی بہو کو اپنی بیٹی سمجھے اگر کوئی ماں اپنی بیٹی کو گھر میں تھپڑ بھی لگا دے تو بیٹی خاموش ہو جاتی ہے اور اگر ساس اصلاح کی بات کرے تو بہو اس کے اوپر تڑک کر بولتی ہے۔ یہ ناانصافی بہو کی طرف سے ہے اگر وہ ماں کا تھپڑ برداشت کر سکتی ہے تو ساس کی تنقید کو دل میں جگہ دینے کی بجائے برداشت کرے۔ بعض عورتیں ساس بن کر اجارہ داری کی حیثیت سنبھال لیتی ہیں اور اپنا حکم چلانا چاہتی ہیں۔ بیٹے کی شادی ہوئی تو بہو کی جائز ضروریات کا بھی خیال نہیں رکھتیں ساس کے ذہن میں این اوسی دینے کی بات سما جاتی ہے کہ میرا بیٹا ہر بات کیلئے مجھ سے اجازت لے گا پھر بیوی سے بات کرے گا۔ یہ چیزیں فساد کی جڑھ بن جاتی ہیں، کچھ عورتیں جب بہو بننے کے بعد پروموٹ ہو کر ساس بنتی ہیں تو ان کے ہاں انصاف نہیں رہتا بلکہ اپنی چوہدراہٹ اور من مانی کیلئے اپنا ہر جائز و ناجائز حکم پورا کرتی ہیں اور بہو سے کہتی ہیں کہ دیکھو تم میرے سامنے کتنی محتاج ہو۔

کچھ عورتوں کو یہ گلہ رہتا ہے کہ جب میں بہو تھی، ساس اچھی نہ ملی اور اب ساس بنی ہوں تو مجھے بہو اچھی نہ ملی۔ ساس کیلئے سوچنے کا مقام ہے کہ بیٹی کوئی گناہ کبیرہ میں مبتلا ہو گئی تو اپنی بیٹی کا عیب چھپاتی پھرتی ہے لیکن خدانخواستہ بہو سے کوئی کھانے پکانے کی معمولی غلطی ہو گئی تو یہ ساس دوسروں کو بتلاتی پھرے گی۔ یہ کتنی ناانصافی کی بات ہے جس دن ساس اپنی بہو کو بیٹی سمجھنے لگ جائے گی اور بہو اپنی ساس کو ماں کا مقام دے گی تو گھر کی زندگی پرسکون ہو جائے گی۔ ماں اور بیٹی کے درمیان تو نفرتیں نہیں محبتیں جنم لیتی ہیں۔

ایک بزرگ نے حالات کے ہاتھوں مجبور ہو کر بیوی کو طلاق دیدی۔ کسی نے وجہ پوچھی تو خاموشی اختیار کی۔ بس اتنا فرمایا کہ جب تک وہ میری بیوی تھی میں نے کبھی اس کی غیبت نہیں کی تھی اور اب تو وہ اجنبی ہو گئی میں اس کی غیبت کیسے کر سکتا ہوں۔

نیک بیوی کی چند نشانیاں ہیں: خاوند اس کی طرف دیکھے تو اس کا دل خوش ہو جائے خاوند کسی بات پر قسم اٹھالے کہ تم ایسا کرو تو وہ اس کی قسم پوری کرے۔ خاوند کا حکم مانے اور ضد نہ کرے۔ خاوند گھر میں نہ ہو تو اس کے مال اور آبرو کی حفاظت کرے، ہر وقت دوسروں کی غلطیوں پر نظر رکھنا اور ان کی اچھائیاں نظر انداز کر دینا بُری عادت ہے۔ کچھ لوگ دوسروں کی اچھائیوں پر نظر رکھتے ہیں، برائیوں کو نظر انداز کر دیتے ہیں، خاوند، ساس، سسر، بیوی ہر ایک کو مثبت سوچ اپنانی چاہیے۔

ہر بیوی کی تین بنیادی ضرورتیں پوری کرنا شوہر کا فرض ہے۔ تحفظ، خاوند کی توجہ، حوصلہ افزائی۔ اگر ان میں سے کسی ایک پہلو میں کمی رہ گئی تو گھر اجڑنے کا خطرہ ہے۔ بعض اوقات خاوند کچھ ایسی غلطیاں کر بیٹھتا ہے کہ گھر میں لڑائی جھگڑے کی فضا پیدا ہو جاتی ہے ان سے اجتناب کیا جائے۔ بیوی کو نظر انداز کر دینا، بات بات پر طلاق کی دھمکی دینا، دوسری شادی کی دھمکی دینا، دوسروں کے سامنے بیوی کی بے عزتی کرنا، بیوی کو وقت نہ دینا، بیوی پر پابندیاں لگانا اور اپنے لیے آزادی، ہر بات پر نکتہ چینی کرنا، بیوی پر الزام لگانا، بیوی کے رشتہ داروں سے بدسلوکی کرنا۔

خاوند کیلئے ضروری ہے کہ درج ذیل اصولوں پر عمل کرے تو گھر کا ماحول خوشگوار ہو جائے گا۔ گھر میں مسکراتے چہرے سے داخل ہو یہ نبی ﷺ کی سنت مبارک ہے۔

بیوی کے اچھے کاموں کی تعریف کرے، بیوی کے کاموں میں دلچسپی لے، وقتاً فوقتاً بیوی کو ہدیہ اور تحفہ دے، زوجین دل جوئی اور دل لگی کی باتیں کریں، گھر میں شریعت کی پابندی کرائی جائے، بالخصوص بے پردگی کی نحوست سے بچیں، زوجین ایک وقت میں غصہ نہ کریں (ایک غصے میں آئے تو دوسرا برداشت کرے) آپس میں ناراضگی کی حالت میں نہ سوئیں۔

ازدواجی زندگی کو خوشگوار اور پرسکون بنانے کیلئے بیوی کو بھی چند باتوں کا خیال رکھنا چاہیے مثلاً وہ اپنے خاوند کا اعتماد حاصل کرے خاوند کو محبت سے تسخیر کرے، لگائی، بجھائی اور سنی سنائی باتوں سے پرہیز کرے۔ بچوں کی تربیت کا خاص خیال رکھے۔ خاوند کے قرابت داروں سے اچھا سلوک کرے، رشتہ داروں کے ہاں صلہ رحمی کی نیت سے جائے، خاوند کو پریشانی کے وقت تسلی دے، شوہر کو صدقہ خیرات کی ترغیب دے کھانے کو ذکر سے پکائے، کام کو وقت پر سمیٹنے کی عادت ڈالے، گھر کو صاف ستھرا رکھے، فون پر مختصر بات کرنے کی عادت ڈالے، ضرورت کی چیزوں کو سنبھال کر رکھے، خاوند کو دعاؤں کیساتھ رخصت کرے، خاوند کی ضرورت پوری کرنے میں کوئی تردد نہ کرے، اپنے دل کا غم فقط اللہ سے بیان کرے جہاں خالق کی نافرمانی ہو وہاں مخلوق کی اطاعت نہ کرے۔

شوہر کا دل جیتنے کیلئے بیوی کیلئے ضروری ہے کہ وہ خاوند سے عزت کے صیغے میں بات کرے، عورت اپنے اندر صبر و تحمل پیدا کرے، اپنی غلطی مان لینے میں عظمت سمجھے اور خاموشی میں عافیت۔ کفایت شعاری اختیار کرے ہر حال میں شوہر کا ساتھ دے۔ بات کا بتنگڑ نہ بنائے، خاوند کی ناشکری نہ کرے، شوہر کی بے رخی کا علاج خود کرے، خاوند کے الوداع اور استقبال کے انداز کو قیمتی بنائے۔

اللہ تعالیٰ کا محبوب بننے کیلئے مرد کیلئے ضروری ہے کہ نبی ﷺ کے ہر عمل کی اتباع کرے جبکہ عورتوں کو یہ رتبہ غیر سے نظریں ہٹانے، خاوند پر نظریں جمانے اور پیار محبت سے اس کا دل لبھانے سے حاصل ہوتا ہے۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ قیامت کے دن ایک بے عمل عورت چار محرم مردوں کو جہنم میں لے جائے گی خاوند کو۔ بھائی کو۔ والد کو اور بیٹے کو وہ کہے گی کہ یا اللہ! وہ خود تو نیک بنے لیکن مجھے نیکی کرنے کیلئے کبھی دباؤ نہ ڈالا۔

یَابَارِئُ سے ناممکن مسائل کا حل

قاری ریحان، ملتان

اگر کوئی ڈاکٹر، حکیم یا طبیب یہ چاہتا ہو کہ اس کے علاج کرنے میں اللہ کی خصوصی مدد شامل حال ہو اور اس کی دی ہوئی دوا شفاء کا ذریعہ بنے تو اسے چاہیے کہ اس اسم کو روزانہ 213 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے انشاء اللہ جس مریض کا وہ علاج کریگا اللہ کرم کریگا

تمام ارواح کو اللہ تعالیٰ نے بالکل مکمل انداز میں پیدا فرمایا ہے اس کی ہر تخلیق ہر قسم کے نقص سے پاک ہے۔ انسانی تخلیق اتنی جامع ہے کہ اس میں کوئی کمی نہیں اگر انسانی جسم کی بناوٹ کے ایک ایک حصے پر غور کیا جائے تو انسانی تخلیق اس کی ایک شاہکار ہے۔ اس شاہکار کے بنانے کی صفت کو باری کہا جاتا ہے۔ حضرت امام غزالی رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ جب کوئی شخص کسی چیز کو بنانے کا ارادہ کرتا ہے تو اسے تین مدارج طے کرنے پڑتے ہیں۔ پہلا درجہ اندازہ ہے۔ یعنی کسی چیز کو عدم سے وجود میں لانا ہے۔ دوسرا درجہ وجود دینا ہے اور تیسرا درجہ اس کی شکل و ہیت ہے۔ پہلے درجے کیلئے خالق کا لفظ استعمال ہوتا ہے اور دوسرے کیلئے باری کا اور تیسرے کیلئے مصور کا لفظ ہے۔ اس لیے باری کا مطلب تخلیقی وجود کو سنوار کر پیدا کرنا ہے یہ اسم جلالی ہے اور اس کے اعداد 313 ہیں۔ اس کے خواص مندرجہ ذیل ہیں۔

ڈاکٹر کے صاحب شفاء بننے کا عمل

اگر کوئی ڈاکٹر، حکیم یا طبیب یہ چاہتا ہو کہ اس کے علاج کرنے میں اللہ کی خصوصی مدد شامل حال ہو اور اس کی دی ہوئی دوا شفاء کا ذریعہ بنے تو اسے چاہیے کہ اس اسم کو روزانہ 213 مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے انشاء اللہ جس مریض کا وہ علاج کرے گا اللہ کرم کرے گا اگر یہ پابند تعداد میں نہ پڑھ سکے تو کھلا پڑھتا رہے۔

علاج شوگر

یہ اسم شوگر کے روحانی علاج کیلئے بہت مفید ہے اور اگر اس کے ساتھ مُحیی کا لفظ ملالیا جائے تو اس کے اثرات وقوی ہوجاتے ہیں۔ اس لیے جس شخص کو شوگر ہو اسے چاہیے کہ **یـابـاری المحی** گیارہ ہزار مرتبہ روزانہ پڑھے اور چالیس دن تک یہ پڑھائی جاری رکھے۔ انشاء اللہ جسم کا بگڑا ہوا لبلبہ درست ہوکر کام کرنا شروع کردے گا مگر ہر روز پڑھائی کے بعد اللہ کے حضور میں شفایابی کی دعا کرنا ضروری ہے۔

علاج فالج

فالج میں چونکہ جسم کا اہم حصہ متاثر ہوکر بیکار ہوجاتا ہے اور اسے نئے وجود کی ضرورت ہوتی ہے علاج کرنے کے ساتھ اس اسم کو کثرت سے پڑھتے رہنے سے آدمی بالکل درست ہوجاتا ہے اس کے ساتھ چند آدمی مل کر اکتالیس ہزار مرتبہ اس اسم کو پڑھ کر تیل دم کرکے فالج زدہ کو مالش کیلئے دیں۔ انشاء اللہ مالش کرنے سے خاصا فائدہ ہوگا۔

قبر میں راحت کا عمل

اگر کوئی شخص اسے روزانہ ایک سو مرتبہ پڑھنے کا معمول بنالے تو اللہ تعالیٰ اسے مرنے کے بعد قبر میں راحت نصیب فرمائے گا اور اس کی قبر کو مثل جنت کردے گا۔

دنیا کو مسخر کرنے کا عمل

عاملین کے نزدیک یہ اسم تسخیر عالم کے بھی عجیب اثرات رکھتا ہے جو شخص اسے تسخیر کی غرض سے پڑھے دنیا اس پر فدا ہوگی۔ شاہ عبدالرحمٰن کا قول ہے کہ جب کوئی کسی کی محبت میں مبتلا ہو تو اسے چاہیے کہ گلاب کے پھول پر اس اسم کو 75 مرتبہ پڑھ کر دم کرے اور اس کے بعد اپنا اور اس کا نام لے پھر جس کی آرزو ہو اسے دے۔ انشاء اللہ وہ محبت میں والہانہ پیچھے پیچھے پھرے گا۔ اگر کوئی حاکم اسے پڑھے تو ماتحت والے دل و جان سے اس کا حکم بجالائیں گے۔

یاباری کا جامع وظیفہ

یہ وظیفہ قضائے حاجات، مشکل سے مشکل کام کو حل کرنے، جادو، کالے علم کے اثرات ختم کرنے، برص اور جذام کی بیماری سے خلاصی پانے، اس اسم کے اسرار جاننے، غرضیکہ **یـابـاری** کے تمام فوائد حاصل کرنے کیلئے بہت مجرب ہے جو شخص اسے روزانہ 12 ہزار مرتبہ سات دن تک پڑھے گا اسے تمام فوائد حاصل ہوں گے اور اس اسم کے فیوض و برکات ظاہر ہوں گے۔

بچوں کے پیٹ درد کیلئے

جب بچوں کو پیٹ درد ہوتا ہے تو اس کی یہ علامت ہے کہ بچے ٹانگوں کو بار بار سکیڑتے ہیں اور چیختے ہیں۔ بچوں کے پیٹ درد کیلئے مندرجہ ذیل چٹکلہ بہت مفید ہے۔ **ھوالشافی:** پیاز کو آگ میں سینک کر پانی نچوڑلیں اور 3 ماشہ پلادیں درد بند ہوجائیگا۔ **(محمد عبداللہ، ملتان)**

ایک بت پرست کا واقعہ

م۔ا۔لاہور

جب ہم جزیرہ سے واپس ہونے لگے تو وہ کہنے لگا کہ مجھے بھی اپنے ساتھ لے چلو تاکہ میں دین کی باتیں سیکھوں

حضرت عبدالوحد بن زید رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ ہم لوگ ایک مرتبہ کشتی میں سوار جارہے تھے ہوا کی گردش نے ہماری کشتی کو ایک جزیرہ میں پہنچادیا ہم نے وہاں ایک آدمی کو دیکھا کہ ایک بت کو پوج رہا ہے۔ ہم نے اس سے پوچھا کہ تو کس کی پرستش کرتا ہے۔ اس نے اس بت کی طرف اشارہ کیا۔ ہم نے کہا تیرا معبود تیرا خود بنایا ہوا ہے۔ اس نے کہا تم کس کی پرستش کرتے ہو؟ ہم نے کہا اس پاک ذات کی جس کا عرش آسمان کے اوپر ہے، اس کی گرفت زمین پر ہے اس کی عظمت اور بڑائی سب سے بالاتر ہے۔ کہنے لگا تمہیں اس پاک ذات کا علم کس طرح ہوا؟ ہم نے کہا اس نے ایک رسول کریم ﷺ ہمارے پاس بھیجا جو بہت کریم اور شفیق ہے۔ اس نے ہمیں یہ سب باتیں بتائیں۔ اس نے کہا کہ اس رسول کریم ﷺ نے تمہارے پاس کوئی علامت چھوڑی ہے؟ ہم نے کہا اس مالک کی پاک کلام ہمارے پاس چھوڑی ہے اس نے کہا مجھے وہ کتاب دکھاؤ ہم نے قرآن پاک لاکر اس کے سامنے رکھا۔ اس نے کہا کہ میں تو پڑھا ہوا نہیں تم اس میں سے مجھے کچھ سناؤ۔ ہم نے ایک سورت سنائی، وہ سنتے ہوئے روتا رہا، یہاں تک کہ وہ سورت پوری ہوگئی، اس نے کہا کہ اس پاک کلام والے کا حق یہی ہے کہ اس کی نافرمانی نہ کی جائے۔ اس کے بعد وہ مسلمان ہوگیا۔ ہم نے اس کو اسلام کے ارکان واحکام بتائے۔ عشاء کی نماز پڑھ کر ہم سونے لگے تو اس نے پوچھا کہ تمہارا معبود بھی رات کو سوتا ہے ہم نے کہا وہ پاک ذات حی القیوم ہے وہ نہ سوتا ہے نہ اس کو اونگھ آتی ہے۔ (آیۃ الکرسی) وہ کہنے لگا: تم کس قدر نالائق بندے ہو کہ آقا تو جاگتا رہے اور تم سوجاؤ۔ جب ہم جزیرہ سے واپس ہونے لگے تو وہ کہنے لگا کہ مجھے بھی اپنے ساتھ لے چلو تاکہ میں دین کی باتیں سیکھوں۔ جب ہم شہر عبادان میں پہنچے تو میں نے اپنے ساتھیوں سے کہا یہ شخص نومسلم ہے اس کیلئے کچھ معاش کا فکر بھی چاہیے۔ ہم چند درہم اس کو دینے لگا اس نے پوچھا یہ کیا ہے؟ ہم نے کہا کچھ درہم ہیں ان کو تم اپنے خرچ میں لے آنا۔ کہنے لگا تم لوگوں نے مجھے ایسا راستہ دکھایا جس پر خود بھی نہ چلے۔ میں ایک جزیرہ میں تھا بت پرست تھا خدائے پاک کی پرستش نہیں کرتا تھا اس (بقیہ صفحہ نمبر 29 پر)

کالے جادو سے تڑپتے سسلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | **روحانی بیماریوں کا روحانی علاج** | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

وہم	رشتہ میں بندش	کام کرنے سے انکار	لوگوں کے سامنے	غیر متوقع رویہ

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہِ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

لوگوں کے سامنے

(منصور، کیہ)

بچپن سے ذہنی ونفسیاتی مسائل سے دوچار ہوں' کسی سے کھل کر بات نہیں کرسکتا' لوگوں کے سامنے جاتے ہوئے گھبراہٹ ہوتی ہے' محفلوں میں جانے سے گریزاں رہتا ہوں' کوئی کام دل لگا کر نہیں کرسکتا' اگر زبردستی شروع کروں بھی تو چند دنوں میں جوش وخروش سرد پڑ جاتا ہے' امید ہے کہ کوئی طریقہ وعمل ایسا بتائیں گے کہ میں ان الجھنوں پر قابو پانے میں کامیاب ہوجاؤں۔

جواب: نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک تسبیح یَااَللّٰہُ یَارَحِیۡمُ یَامُرِیۡدُ کی پڑھا کریں۔ رات سونے کیلئے لیٹیں تو وضو کر کے لیٹ جائیں اور آنکھیں بند کر کے اندازاً پانچ دس منٹ مندرجہ بالا اسماء کا ورد آہستگی اور گہرائی کیساتھ کریں۔

کام کرنے سے انکار

(محمد ریحان' ملتان)

میں بی اے کا طالب علم ہوں' میرا دل پڑھائی میں نہیں لگتا جبکہ امتحانات قریب آتے جارہے ہیں جب بھی پڑھنے بیٹھتا ہوں ذہن ایک جگہ مرکوز ہوکر کام کرنے سے انکار کردیتا ہے ان حالات کی وجہ سے سخت متفکر ہوں کہ امتحان میں کامیابی کس طرح حاصل کروں گا' حال یہ ہے کہ بات کرتے کرتے بھول جاتا ہوں کہ کیا بات کررہا تھا' سمجھ میں نہیں آتا کہ کیا کروں۔

جواب: رات کو کسی وقت اندھیرے میں ایک نقطے پر نظریں جما کر دیکھیں اور یَاحَیُّ یَاقَیُّوۡمُ دس سے پندرہ منٹ تک کرتے رہیں' عمل کی مدت تین ماہ ہے۔

رشتہ میں بندش

(سعدیہ اسلم' کراچی)

ہم تین بہنوں میں سے دو بہنیں شادی شدہ ہیں۔ تیسرے نمبر کی بہن جب اٹھارہ سال کی تھی تو اس کیلئے دور کے رشتہ داروں سے ایک رشتہ آیا لیکن چونکہ لڑکا غیر تعلیم یافتہ' لا ابالی شخصیت کا مالک ہے اس لیے ابو نے انکار کردیا۔ ابو کے انکار کرنے پر وہ لوگ بدتمیزی پر اتر آئے اور دھمکیاں دینے لگے۔ اس بات کو آٹھ سال گزر جانے کے باوجود میری بہن کیلئے رشتے تو بہت آئے لیکن کسی سے بھی بات طے نہ ہوسکی۔ حالانکہ کئی رشتے ایسے تھے کہ ہم سب گھر والے تیار تھے۔ ہمارے خاندان میں لڑکیوں کی شادی چھوٹی عمر میں ہوجاتی ہے جبکہ ہماری بہن اب چھبیس سال کی ہوچکی ہے۔ بہن کا رشتہ اب تک نہ ہونے کی وجہ سے گھر کے تمام افراد مختلف شکوک وشبہات میں مبتلا ہوگئے ہیں۔

جواب: آپ کی بہن عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ بِسۡمِ اللّٰہِ الۡوَاسِعُ جَلَّ جَلَالُہٗ اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر نہایت خشوع وخضوع کے ساتھ شادی کیلئے دعا کریں۔ عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ ناغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کرلیں۔ عصر ومغرب کے دوران گیارہ گیارہ مرتبہ سورۃ الفلق اور سورۃ الناس پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں یہ عمل کم از کم اکیس روز تک جاری رکھیں۔ بہن کی طرف سے حسب استطاعت صدقہ بھی کردیں۔

وسائل میں اضافہ

(محمد شعیب' اوکاڑہ)

میرے بھائی کو مستقل ملازمت شادی کے دو سال بعد ملی اس عرصہ میں اسے جو بھی کام مل جاتا وہ کرلیتا لیکن زیادہ تر بیروزگار ہی گھومتا رہا پھر کسی کی وساطت سے اسے ایک سرکاری ادارے میں ملازمت مل گئی۔ بھائی کی تنخواہ تو زیادہ نہ تھی لیکن گھر کے اخراجات اور قرض کی اقساط کے بعد اتنا بچتا ہے کہ دو وقت کی روٹی مل جاتی ہے ابھی بھائی کی کوئی اولاد نہیں ہے ہم سے جو کچھ ہوسکتا ہے بھائی کیلئے کردیتے ہیں لیکن کوئی وظیفہ بتائیں کہ بھائی کو ئی ملازمت میں ترقی عطا ہو اوران کے وسائل میں بھی اضافہ ہو۔

جواب: پانچ وقت نماز باجماعت ادا کریں۔ روزانہ قرآن پاک کی تلاوت کریں۔ آدھی رات کے بعد دو نفل ادا کر کے ننگے سر قبلہ رخ کھڑے ہوکر 300 مرتبہ اسم الٰہی یَاعَزِیۡزُ پڑھ کر گڑگڑا کر عاجزی کے ساتھ اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کریں۔ یہ عمل حالات کی بہتری تک جاری رکھیں۔ ہر جمعرات کم ازکم گیارہ روپے صدقہ خیرات کردیا کریں۔

وہم

(مشعال' لاہور)

میں ایک پڑھی لکھی لڑکی ہوں' میری عمر 22 سال ہے۔ لیکن امی زیادہ تر کام خود کرتی ہیں۔ گزشتہ کچھ عرصہ سے میرے دل میں کچھ عجیب وغریب قسم کے خیالات آنے شروع ہوئے۔ پہلے یہ خیالات صرف رات کے وقت آتے تھے اب تو تقریباً سارا دن ہی یہ سلسلہ جاری رہتا ہے۔ برتن دھوتے وقت چار چار پانچ پانچ مرتبہ ایک ایک برتن کو دھوتی رہتی ہوں۔ رات کو دو تین مرتبہ نیند سے اٹھ کر باتھ روم جا کر ہاتھ منہ دھوتی ہوں۔ ہر چیز کو چیک کرتی رہتی ہوں کہ وہ مقررہ جگہ رکھی ہوئی ہے یا نہیں۔ میرے دماغ میں یہ وہم بیٹھ گیا ہے کہ اگر ایسا نہیں کیا گیا تو بہت بڑا نقصان ہوگا۔

جواب: آپ روزانہ اکیس اکیس مرتبہ اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الۡحَیُّ الۡقَیُّوۡمُ صبح نہار منہ اور شام ہاتھوں پر دم کریں اور دونوں ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ یہ عمل کم ازکم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الٰہی یَاحَیُّ یَاقَیُّوۡمُ کا ورد کرتی رہیں۔

کاروبار میں نقصان

(یوسف شفیق' ملتان)

چند برس پہلے میں نے ایک کاروبار کا آغاز کیا۔ شروع میں تو کام بہت اچھا چلا مگر رفتہ رفتہ اس میں نقصان ہوتا گیا۔ اب صورتحال یہ ہے کہ آمدنی نہ ہونے سے معاشی مشکلات کے ساتھ ساتھ گھر والوں کی باتیں بھی سننی پڑتی ہیں۔ کوئی وظیفہ بتادیں کہ میرے کاروبار میں برکت وترقی ہو اور وسائل میں اضافہ ہو۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد یا رات سونے سے پہلے 101 مرتبہ سورۂ آل عمران کی آیت نمبر 37 اِنَّ اللّٰہَ یَرۡزُقُ مَنۡ

یَشَاءُ بِغَیْرِ حِسَابٍ o اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر معاشی پریشانیوں سے نجات خیر وبرکت کے ساتھ وسائل میں اضافہ کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ وضو بے وضو کثرت سے اسم الٰہی یَارَزَّاقُ کا ورد کریں۔ حسب استطاعت صدقہ خیرات بھی کرتے رہیں۔

غیر متوقع رویہ

(فرزانہ، فیصل آباد)

دوسال قبل میری شادی ہوئی۔ کچھ عرصے تک تو حالات اچھے رہے پھر میرے شوہر نے اپنے گھر والوں سے لڑنا جھگڑنا شروع کردیا۔ میں نے انہیں سمجھایا تو وہ مجھ سے بھی لڑنے لگے۔ ان کا مسئلہ یہ ہے کہ وہ جلد ہی ہر کسی سے بے زار ہوجاتے ہیں۔ اپنی بات مسلط کرنا ان کیلئے سب سے اہم ہے۔ چاہے اس کیلئے کتنا ہی بڑا ہنگامہ کیوں نہ کرنا پڑے۔ چند روز ٹھیک رہتے ہیں اور پھر آپے سے باہر ہوجاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ اگر تم نے کسی کو میری طبیعت کے بارے میں بتایا تو اچھا نہیں ہوگا۔ مجھ پر گھر سے باہر جانے کی پابندی عائد کی ہوئی ہے جس کی وجہ سے ڈپریشن کا شکار ہوگئی ہوں۔ براہ مہربانی کوئی وظیفہ بتادیں کہ وہ ذہنی وجسمانی طور پر تندرست ہوجائیں اور نارمل زندگی بسر کریں۔

جواب: رات سونے سے قبل 101 مرتبہ سورۂ آل عمران کی آیت 26 پارہ 3 قُلِ اللّٰھُمَّ مٰلِکَ الْمُلْکِ تُؤْتِی سے لے کر عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ o اول آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شوہر کا تصور کرکے دم کریں اور شوہر کے مزاج میں نرمی، رویے میں مثبت تبدیلی کی دعا کریں۔ دعا کرتے کرتے بات کیے بغیر سوجائیں۔ ایک نیند لینے کے بعد بات کرسکتی ہیں۔ اس عمل کی مدت چالیس روز ہے۔ ناغہ کے دن شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

رشتے میں تاخیر

(رحمانہ، ساہیوال)

میری دو بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے۔ ماشاءاللہ چھوٹی بیٹی اور بیٹے کی شادی کے فرض سے سبکدوش ہوچکی ہوں جبکہ بڑی بیٹی جس کی عمر 33 سال ہوگئی ہے اس کا رشتہ نہ ہونے کی وجہ سے سخت پریشان ہوں۔ ایسا لگتا ہے کہ کسی نے کچھ کردیا ہے جس کی وجہ سے رشتہ ہوتے ہوتے کوئی نہ کوئی رکاوٹ آجاتی ہے۔ ہر کسی سے کہہ رکھا ہے مگر مناسب رشتہ ہی نہیں مل رہا۔ اب تو اس کی شادی کی عمر نکلتی جارہی ہے اور میری فکریں بڑھتی جارہی ہیں۔ براہ مہربانی کوئی وظیفہ بتائیں۔

جواب: نماز مغرب کی سنتوں کے بعد دو رکعت نماز نفل ادا کریں۔ ہر رکعت میں الحمد شریف کے بعد گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سلام پھیرنے کے بعد سو بار یہ کلمات پڑھیں۔ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ اس کے بعد حضور رسالت مآب ﷺ پر گیارہ گیارہ مرتبہ درود وسلام پڑھیں۔ اس کے بعد عجز وانکساری کے ساتھ اللہ تعالیٰ کے حضور دعا کیجئے۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ ناغہ کے دن شمار کرکے بعد میں پورے کرلیں۔

کمزور یادداشت

(منیر احمد، کوئٹہ)

میری عمر 65 سال ہے۔ آج کل میری یادداشت بہت کمزور ہوگئی ہے۔ ایک دن کی بات دوسرے دن بھول جاتا ہوں۔ سودا کچھ لینا ہوتا ہے اور کچھ لے آتا ہوں۔ دکاندار کو رقم دے کر بقیہ رقم واپس لینا بھول جاتا ہوں۔ آپ کوئی روحانی علاج تحریر فرمادیں تاکہ میری یادداشت میں اضافہ ہو۔

جواب: فجر کی اذان کے فوراً بعد سورۂ طٰہٰ کی آیت 25 ''رَبِّ اشْرَحْ لِیْ صَدْرِیْ'' ایک سو مرتبہ پڑھ کر ایک پیالی پر دم کریں اور یہ پانی پی لیں۔ چوبیس گھنٹوں میں کم از کم 8-7 گھنٹے کی نیند آپ کیلئے بہتر رہے گی۔

جادو یا سحر

(عثمان حیات، اسلام آباد)

ہمارا مسئلہ سحر وجادو کا ہے۔ پہلے ہمارے گھر میں ناپاک اور گندے کپڑے ملتے تھے، پھر میرے کپڑے غائب ہونے لگے، ایسے واقعات سے میں بہت خوفزدہ رہنے لگا۔ ہم نے گھر تبدیل کیا مگر نئے گھر میں بھی وہی واقعات ہورہے ہیں براہ مہربانی اس مسئلے کا کوئی حل تجویز کردیں۔

جواب: رات کے وقت ایک سوگیارہ مرتبہ اسم الٰہی یَاقَابِضُ اول وآخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیں۔ اس عمل کو اکیس روز تک جاری رکھیں۔ اس دوران کوشش کریں کہ نمک کا استعمال کم سے کم کریں۔ بہتر ہے کہ اس عمل کے دوران ناغہ نہ ہونے پائے اگر ہوجائے تو بعد میں پورے کرلیں۔ حسب استطاعت صدقہ بھی کردیں۔

اولاد نرینہ

(ز۔الف۔راولپنڈی)

میری شادی کو تقریباً پانچ سال کا عرصہ ہوچکا ہے۔ اس دوران اللہ تعالیٰ نے دو بیٹیوں سے نوازا مگر ساس اور شوہر کو بیٹے کی بہت تمنا ہے براہ کرم مجھے کوئی وظیفہ بتادیں اور دعا کریں کہ اللہ مجھے بیٹے کی نعمت عطا فرمائیں۔

جواب: میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ آپ کو صحت مند صالح اور خوبصورت فرزند عطا فرمائیں، آمین۔ آپ رات سونے سے قبل اکتالیس مرتبہ سورۂ ابراہیم آیت 38 تا 40 اول وآخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کرلیں اور دعا کریں۔ حکماء کے مطابق بند گوبھی کا استعمال مرد میں اولاد نرینہ کے جرثوموں کو تقویت دینے کیلئے مفید ہے۔ آپ کچھ عرصہ روزانہ بند گوبھی کچی پکی کسی بھی حالت میں استعمال کریں مذکورہ بالا دعا حمل سے چند ماہ پہلے شروع کریں اور حمل قرار پانے کے ایک ماہ بعد تک پڑھی جائے۔

مکان خالی ہوجائے

(نعمانہ، فیصل آباد)

ہم نے آج سے دوسال پہلے اپنے مکان کا اوپر والا حصہ کرایہ پر دیا۔ کرایہ دار اپنے دو بچوں اور بیوی کے ساتھ رہتا ہے۔ شروع میں تو اس نے کرایہ پابندی سے دیا پھر معاشی تنگی کے سبب چھ ماہ بعد تین ماہ کا کرایہ ایک ساتھ ادا کیا۔ اس کے بعد تین ماہ پابندی سے کرایہ دیا۔ اب تقریباً ایک سال ہونے کو ہے وہ کرایہ ادا نہیں کرتا اور کہتا ہے کہ کرایہ زیادہ ہے میں کورٹ میں اسے چیلنج کروں گا۔ اب پتا چلا ہے کہ اس کا تعلق اچھے لوگوں سے نہیں ہے، میرے شوہر شریف آدمی ہیں لڑائی جھگڑے سے دور رہتے ہیں، اسے مکان خالی کرنے کو کہا تو وہ بھی نہیں کرتا اب ہم کیا کریں؟؟؟

جواب: آپ روزانہ رات سونے سے قبل تین مرتبہ سورۃ الانشقاق کی آیت نمبر 4 اول وآخر گیارہ مرتبہ درود شریف کیساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ کے حضور خشوع وخضوع سے مکان خالی ہونے کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔ آپ اور شوہر چلتے پھرتے کثرت سے اسمائے الٰہیہ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتے رہا کریں۔

کراماتی تیل نہیں معجزاتی تیل

محمد فاران ارشد بھٹی' مظفر گڑھ

بہت سے لوگ آپ کے نسخوں سے فیض یاب ہو رہے ہیں جب ہم پنساری یا حکماء سے جڑی بوٹیاں لینے جاتے ہیں تو نیک نیت لوگ ہنس کر اور خوش ہو کر کہتے ہیں: ''یہ نسخہ عبقری میں چھپا ہے' بہت نیک دل حکیم ہے۔ ہم بھی ان کے نسخوں سے فائدہ اٹھا رہے ہیں۔''

کراماتی تیل کا نسخہ عبقری میں چھپا تھا سب سے پہلے میری والدہ صاحبہ کو اسے آزمانے کا خیال آیا' ہمارے ابو جان کی خالہ محترمہ سخت بیمار تھیں ان کے جوان بہو اور بیٹا ایک حادثاتی موت میں جاں بحق ہو گئے' وہ سخت رنجیدہ تھیں ان کا کھانا پینا چھوٹ گیا' دن رات روتی رہتی اور ایک ہی جگہ پڑی رہتی دن رات ایک جگہ پڑے رہنے سے ان کے جوڑ جڑ گئے وہ ٹیڑھی میڑھی ہو کر چارپائی ہو رہیں ان کیلئے کھڑا ہونا بھی مشکل ہو گیا' کمر سیدھی نہیں کر سکتی تھیں' امی جان نے از راہ ہمدردی تیل بنا کر ان کو دیا ان کی بیٹیوں نے ان کو لگایا' خوب مالش کی' گردن اور کندھے کے درد اور پٹھوں کے اکڑاؤ کے نیم گرم دودھ میں پینا بھی شروع کرا دیا' یقین کریں وہ معجزاتی طور پر تندرست ہوتی چلی گئیں اب ماشاء اللہ وہ بغیر کسی سہارے اچھی طرح چل پھر لیتی ہیں۔ ہماری کزن ٹھیک ٹھاک جوان ہیں' لیکن نجانے انہیں اچانک کیا ہوا' گھٹنوں میں درد شروع ہو گیا' چلنا پھرنا دشوار ہو گیا' خاص طور پر سیڑھیوں پر چڑھنا تو کارِ دارد تھا۔ کمر کو سیدھا نہیں کر سکتی تھیں' نماز پڑھنے میں انتہائی دشواری تھی' رکوع سجود کرنا سخت مشکل تھا' کئی ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کروا چکی تھیں لیکن ایک تلی کا افاقہ نہیں ہوا۔ امی جان نے ایک بوتل ان کو گفٹ کر دی' انہوں نے استعمال کی ابھی بوتل ختم نہیں ہوئی تھی کہ ان کا دعاؤں اور شکریہ کا ٹیلی فون آ گیا۔ انہوں نے ہدیہ کے متعلق پوچھا امی جان نے کہا کہ مجھے آپ نیک تمناؤں اور دعاؤں میں یاد رکھیں۔ اب وہ ہماری باجی ہرن پکڑتی پھر رہی ہیں مطلب یہ ہے کہ ماشاء اللہ ٹھیک ٹھاک ہیں۔

ہمارے کزن کی نانی ساس اسلام آباد سے تشریف لائیں چند سال پہلے ان کا زبردست ایکسیڈنٹ ہوا تھا ان کی ٹانگ کی ہڈی ٹوٹ گئی تھی اس کے اندر راڈ وغیرہ رکھا گیا تھا سردیوں کے دنوں میں اس ٹانگ میں شدید درد ہوتا تھا۔ بڑے سے بڑے ڈاکٹر سے علاج کرا کرا کر وہ تھک چکی تھیں۔ غیر ملکی ڈاکٹروں سے بھی ادویات لے چکی تھیں' زیتون کے تیل کی مالش' بجلی کے تیل کی مالش غرضیکہ ہزاروں علاج کروا چکی تھیں لیکن درد کی شدت میں کوئی کمی نہیں ہو رہی تھی ہم لوگوں نے انہیں کہا کہ آپ نے ہزاروں روپے کا علاج کیا ہے اب اللہ کا نام لے کر یہ ہمارا سادہ سا نسخہ استعمال کر کے دیکھیں ان کو ایک شیشی ہم نے پکڑا دی ان کو تکلیف کی شدت اتنی تھی کہ انہوں نے گھر جانے سے پہلے ہی مالش شروع کر دی۔ ہفتے کے بعد ان کا دعاؤں بھرا پیغام ملا اور ایک اور شیشی کی فرمائش کر دی ہم نے بتایا اس تیل کا نام ہے کراماتی تیل' وہ بولیں نہیں یہ کراماتی تیل نہیں معجزاتی تیل ہے۔ میری تکلیف جس طرح دور ہوئی ہے یہ ایک معجزہ ہے۔ یہاں بہت سے لوگ آپ کے نسخوں سے فیض یاب ہو رہے ہیں جب ہم پنساری یا حکماء سے جڑی بوٹیاں لینے جاتے ہیں تو نیک نیت لوگ ہنس کر اور خوش ہو کر کہتے ہیں: ''یہ نسخہ عبقری میں چھپا ہے' بہت نیک دل حکیم ہے۔ ہم بھی ان کے نسخوں سے فائدہ اٹھا رہے ہیں۔'' نسخے سب ہی لاجواب ہوتے ہیں لیکن کراماتی تیل زندہ باد......!

پاؤں کے تلوے جلتے ہیں

آج کل یہ مرض عام ہے اکثر خواتین کو یہ شکایت ہوتی ہے کہ پاؤں کو آگ لگی رہتی ہے کبھی وہ پاؤں پانی سے گیلے کر رہی ہوتی ہیں' کبھی پاؤں دھو رہی ہوتی ہیں لیکن جیسے ہی پانی خشک ہوتا ہے پھر دوبارہ جلن عود کر آتی ہے بعض خواتین کو اتنی جلن ہوتی ہے کہ وہ سردیوں کے دنوں میں بھی پاؤں رضائی سے باہر رکھتی ہیں۔ اس مرض کیلئے تین عدد نسخے حاضر خدمت ہیں۔

1۔ گائے بھینس وغیرہ کے گوبر جمع کر لیں' یعنی گائے بھینس کے گوبر اپلے وغیرہ بنے ہوئے نہ ہوں جنگل اور راستے میں گائے کی گوبر پڑی ہو اور پڑی پڑی قدرتی طریقے سے سوکھ جائے یا تھوڑی گیلی بھی اٹھالی جائے تو کوئی ہرج نہیں پھر اسے سکھا لیا جائے جب خوب سوکھ جائے تو اسے جلا لیا جائے' صرف گوبر ہو اس میں لکڑی وغیرہ نہ ڈالیں' اسے جلانے کیلئے کسی چیز کی آمیزش نہ کریں گوبر جل کر راکھ ہو جائے گی وہ جب ٹھنڈی ہو جائے تو کسی تسلے یا پرات میں اکٹھی کر لیں اس میں پانی ڈالیں اور مہندی کی طرح پتلی کر لیں چارپائی پر بیٹھ جائیں پاؤں لٹکا کر تسلے کے اندر بھگو دیں تقریباً گھنٹہ آدھ گھنٹہ تک بھگوئے رکھیں پہلے دن تو جلن مزید بڑھ جائے گی۔ دوسرے دن پھر ایسے کریں آپ جب بھگو کر بیٹھیں گے تو وہ ٹھنڈا پانی گرم ہو جائے۔ جتنی بیماری شدید ہو اتنے دن یہ نسخہ کریں۔ ہفتہ پندرہ دن ضرور کریں' انشاء اللہ مکمل آرام آ جائے گا۔ یہ نسخہ ہماری نانی جنت خاتون نے بتایا ہے اب وہ تقریباً 70 سال کی ہیں وہ بتاتی ہیں کہ میں جب لڑکی تھی میرا پہلا بچہ پیدا ہونے والا تھا مجھے یہ تکلیف ہوئی تھی میں نے یہ سادہ سا علاج کیا تھا آج تک اللہ کی مہربانی ہے پھر یہ تکلیف نہیں ہوئی۔

دوسرا نسخہ: کوڑتمہ ایک جنگلی کڑوا پھل ہے جو خربوزے کی شکل کا ہوتا ہے اور خربوزے کی طرح بیل پر اگتا ہے خاص طور پر ٹیلوں وغیرہ پر ہوتا ہے کوڑتمے کو توڑ کر چھل لیں اور ایک تسلے میں رکھ کر مریض اس میں بھی پاؤں رکھے اور پاؤں سے اس کو مسلتا رہے ہفتہ پندرہ دن یہ علاج کریں۔ کوڑتمہ روزانہ تازہ لیں۔

تیسرا نسخہ: خالص تل کے تیل کی تلوے پر روزانہ مالش کریں' رات کو پاؤں کے تلوؤں کو تیل میں تر بتر کر کے سو جائیں۔ انشاء اللہ شفاء ہوگی۔

سورۃ البقرہ سے شرطیہ انشاء اللہ بیٹا پائیں

قارئین! انشاء اللہ اس لیے لکھا ہے کہ اصل منشاء اللہ کی ہے لیکن قرآن کی برکت سے جس نے بھی یہ عمل کیا اُس کا بیٹا ہوا۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں‘ آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

میرے مرشد حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ جو حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی خاص آل میں سے تھے ایک بار مجھے فرمانے لگے کہ طارق! تجھے ایک تحفہ دوں‘ میں نے کہا حضور فرمائیں‘ فرمانے لگے کہ سورۃ البقرہ کی یہ تاثیر ہے کہ جو خاتون حمل کے معلوم ہونے کے بعد ہر ماہ ہر چاند کے پہلے سات دن روزانہ ایک بار سورۃ البقرہ پڑھے اور یہ عمل نو ماہ تک جاری رکھے تو انشاء اللہ شرطیہ بیٹا ہوتا ہے۔ حضرت رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ میں گزشتہ 45 سال سے یہ لوگوں کو بتا رہا ہوں اور یہ چیز مجھے ایک درویش سے ملی تھی اور پھر خود ہی فرمایا کہ مجھے یہ چیز خواب حضرت خواجہ اویس قرنی رحمۃ اللہ علیہ نے دی تھی اور فرمایا تھا یہ آپ کو اجازت ہے۔

حضرت کے فرمان کے بعد میں نے لوگوں کو بتانا شروع کیا اور مجھے یاد پڑتا ہے یہ 1986ء میں یہ چیز (یعنی سورۃ البقرہ کا یہ تحفہ) مجھے حضرت نے دیا تھا۔ قارئین! کتنے بے شمار لوگ میرے پاس آئے اور میں نے انہیں سورۃ البقرہ کا یہ عمل بتایا اور اللہ کریم جل شانہٗ نے انہیں بیٹا عطا فرمایا۔ اگر عورت خود نہیں پڑھ سکتی تو اُس کی طرف سے اس کا شوہر پڑھے۔ اگر شوہر بھی بدقسمتی سے قرآن پڑھا ہوا نہیں ہے تو اس کے گھر کا کوئی فرد پڑھے۔ یعنی کرائے کا آدمی نہ پڑھے۔ کرائے کا آدمی میں اکثر انہیں کہتا ہوں کہ کہیں سے بندہ تلاش کیا اور اسے پیسے دے کر قرآن پڑھوا دیا اس کے بارے میں میں اکثر منع کیا کرتا ہوں اور جب بھی یہ عمل کسی نے کیا اللہ جل شانہٗ نے انہیں بیٹا عطا فرمایا۔ اس سلسلے میں چند واقعات آپ کی خدمت میں عرض ہیں:۔

یہ اسی 1986ء ہی کا واقعہ ہے ایک خاندان میرے پاس آیا کہ ہمارے ہاں صرف بیٹیاں ہی بیٹیاں ہوتی ہیں‘ ہم تو بیٹے کو ترستے ہیں‘ ہمارا ہر حمل اس امید سے ہوتا ہے کہ اس میں بیٹا ہو گا اور لوگوں کے اعتماد دلانے اور کوئی عمل کرانے کے بعد ہم بیٹوں کے کپڑے بنواتے ہیں لیکن پھر بیٹی پیدا ہوتی ہے۔ اب تو ہمارے گھر عالم یہ ہے کہ جب بھی بیٹی ہوتی ہے ماتم کا سا سماں ہوتا ہے بیٹے کو ترس گئے ہیں اور کسی نے جادو بتایا تو اس کا علاج کرایا‘ کسی نے جنات بتائے تو اس کا علاج کرایا۔ کسی نے فولاد اور وٹامن کی کمی بتائی تو اس کیلئے ادویات کھلائیں۔ دنیا کا کوئی طریقہ ایسا نہیں یا کوئی عمل ایسا نہیں کہ ہم نے چھوڑا ہو۔ لیکن اس کے باوجود بیٹیاں پیدا ہوتی ہیں آپ کا کسی نے بتایا آئے ہیں اگر ممکن ہو سکے تو آپ ہمیں کوئی عمل بتائیں جس سے بیٹیاں پیدا نہ ہوں بلکہ اللہ پاک بیٹے کی نعمت عطا فرمائے۔

میں نے انہیں سورۃ البقرہ کا یہی عمل بتایا کہ ہر اسلامی چاند کے پہلے سات دن روزانہ ایک بار سورۃ البقرہ بیٹے کی نیت سے پڑھیں۔ انہوں نے عمل شروع کر دیا۔ بلکہ اُس وقت ان کے خاندان میں چند خواتین حاملہ تھیں سب کو عمل شروع کرا دیا‘ چونکہ بیٹیاں زیادہ تھیں تو خود حاملہ نے بھی پڑھا اور گھر کے اور افراد نے بھی پڑھا اور اللہ کریم کی شان کریمی دیکھیں کہ جس نے بھی عمل کیا اُس کو بیٹا ہوا۔ اب تو ان کا سورۃ البقرہ پر اتنا یقین ٹھہر گیا کہ انہوں نے باقاعدہ ایک کاغذ چھپوایا اس کو فوٹو سٹیٹ کرایا اور لوگوں کو بانٹنا شروع کر دیا کہ جو حضرات بیٹے چاہتے ہیں ان کو چاہیے کہ سورۃ البقرہ کا یہ عمل کریں ایک اور انوکھا کام کیا کہ اپنی بیتی چند واقعات کے ساتھ جو میرے بتانے کے بعد انہیں حاصل ہوئے وہ سارے تجربات و مشاہدات ایک چھوٹا سا رسالہ چھپوایا اس کا عنوان رکھا ”شرطیہ بیٹا“ اور ہر شادی میں جہاں کسی کی شادی ہوتی تھی اس کو پوسٹ کر کے یا خود اس میں شامل ہو کر اُن کو یہ دے آتے تھے اور بقول ان کے کہ جب سے میں نے آپ سے یہ سنا پھر خود آزمایا پھر خود کیا اور خود اس پمفلیٹ کے ذریعے لوگوں تک پہنچایا جس نے بھی کیا آج تک مجھے کوئی ایک شخص ایسا نہیں ملا جس کو بیٹا نہ ہوا ہو سبھی کو بیٹے ہوئے اور اللہ پاک نے ان کو بہت برکت سے رکھا۔

سورۃ البقرہ کی برکت سے جو بیٹا اللہ پاک عطا فرماتے ہیں ایک تجربہ اور ہوا ہے تندرست ہوتے ہیں صحیح سالم ہوتے ہیں‘ داغدار یعنی معذور نہیں ہوتے اور طویل الامت اور صحت باسلامت رہتے ہیں۔

ایک صاحب مجھ سے ایک مسئلہ بیان کرنے لگے کہ ہمارے گھر میں ایک تکلیف رہتی ہے اٹھرا کا مرض ہے۔ کہنے لگے کہ میرے اپنے تین بچے فوت ہو گئے ہیں اور اکثر بیٹے فوت ہوتے ہیں بیٹیاں بچ جاتی ہیں میں نے انہیں کہا کہ آپ سورۃ البقرہ پڑھیں اور سورۃ البقرہ ہر چاند کے سات دن پڑھیں اور اگر ممکن ہو تو روزانہ سورۃ البقرہ ایک بار اس کے علاوہ بھی پڑھتے رہے انہوں نے عزم کیا میں یہ عمل کروں گا جب انہوں نے یہ عمل کرنا شروع کیا تو اللہ کریم نے ایسی کریمی فرمائی کہ ان کے گھر بیٹا پیدا ہوا ایک بڑی سی ٹوکری مٹھائی کی بھر کر میرے پاس لے آئے وہاں جتنے افراد بیٹھے تھے ان تک میں نے مٹھائی بانٹ دی اتنے خوش کہ فرمانے لگے کہ اس کا نام کیا رکھوں۔ میرے دل میں اللہ پاک میں ڈالا باقی بیٹے نہیں بچے تھے یہ بچ گیا اس کو اللہ نے اس کو باقی رکھا تو اس کا نام عبدالباقی رکھا جائے۔ میں نے انہیں مشورہ دیا کہ اس بیٹے کا نام عبدالباقی رکھیں۔ اب ماشاء اللہ بہت تندرست ہے‘ صحت مند ہے۔

قارئین! اس عمل کے کتنے واقعات ایسے ہیں جو اٹھرا کے مرض میں یا ایسے لوگوں جن میں بیٹیاں پیدا ہوتی ہیں۔ اعظم کلاتھ مارکیٹ لاہور کے ایک تاجر کہنے لگے کہ اب اللہ نے بیٹے بہت دیئے ہیں ہر بار حمل ہوتا ہے تو سورۃ البقرہ کا یہ عمل کرتے ہیں تو اس کی برکت سے اللہ پاک بیٹے عطا فرماتے ہیں اب جی چاہتا ہے کہ بیٹی ہو تو میں نے اُن سے عمل کیا کہ سورۃ البقرہ نہ پڑھیں انہوں نے سورۃ البقرہ نہ پڑھی تو انہیں بیٹی مل گئی۔

حج کے ایام میں منیٰ میں بیٹھے تھے ایک صاحب میرے ساتھ بیٹھے مسلسل رو رہے تھے اور ایک بات کہہ رہے تھے اے اللہ تیرے پاس کونسی کمی ہے تو اپنے خزانے سے بیٹے عطا کر دے‘ یا اللہ ہماری قسمت میں صرف بیٹیاں ہی ہیں بیٹے نہیں ہیں؟ اللہ میں تو حج میں تیرے پاس صرف بیٹے لینے آیا ہوں اللہ میری نسلیں بڑھا دے‘ ان کی دعا سنتا رہا‘ میں بھی اللہ سے راز و نیاز کر رہا تھا بعد میں میں نے ان سے پوچھا تعارف ہوا تو کہنے لگے کہ ہمارے خاندان میں بیٹیاں ہی بیٹیاں ہیں بیٹے نہیں۔ صرف ایک ہمارے کزن میں ایک بیٹا ہوا باقی سب کی بیٹیاں ہیں۔ میں نے حج کیا لیکن حج صرف اس نیت سے کیا کہ اللہ پاک سے اس دفعہ حج پر بیٹا ہی لے کر آؤں گا میں نے ان سے عرض کیا کہ آپ کی دعا قبول ہو گئی ہے‘ دعا کی قبولیت سے ہی اللہ پاک اسباب پیدا فرماتے ہیں آپ صرف سورۃ البقرہ کا یہ عمل کریں۔ سورۃ البقرہ کا یہ عمل کریں اور تفصیل میں نے سمجھا دی‘ وہ پاکستانی تھے لیکن بہت عرصے سے کینیڈا ٹورنٹو میں رہتے تھے اور وہاں سے ڈائریکٹ حج کرنے سعودی عرب آئے تھے۔ ان کو یہ عمل دیا اسی وقت انہوں نے فون کیا اور سب گھر والوں کو سمجھایا کہ یہ عمل کرنا شروع کر دیں اور فرمایا کہ منیٰ میں دعا کے وقت اللہ پاک نے یہ عمل دیا ہے۔ ابھی چند دن پہلے ان کی (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ بہت اچھے ہیں اور اچھے ہونے کی وجہ سے سب آپ کی تعریف بھی کرتے ہیں جس لڑکی سے آپ اظہار محبت کے خواہاں ہیں وہ آپ کی طرف توجہ نہیں دیتی تو اس کی ایک وجہ تو یہ ہوسکتی ہے کہ لڑکی یہ پسند نہیں کرتی کہ وہ لڑکوں سے اس قسم کے راہ رسم بڑھائے جو بعد پریشانی کا باعث بنتے ہیں

جب حالات بدلے

ہمارے گھر میں مسائل کا آغاز تب سے شروع ہوا جب امی جان نے ابو اور میری بڑی بہن سے کسی بات پر ناراض ہوکر اپنے آپ کو آگ لگا کر خودکشی کرلی۔ ان دنوں ہم کرائے کے ایک مکان میں رہتے تھے اور ابو کی پوسٹنگ نارووال رینجرز میں تھی۔ امی کی وفات کے بعد ابو بہت بدل گئے اور ہم بہن بھائیوں سے بہت پیار کرنے لگے کیونکہ وہ اس بات سے واقف تھے کہ امی بھی پیار کی ترسی ہوئی تھیں ان کا اس دنیا میں ابو اور ہم بچوں کے سوا کوئی نہ تھا میری بڑی بہن امی کے پہلے شوہر سے تھیں' امی کی وفات کے بعد ابو نے بڑی بہن کا رشتہ ایک ایسی جگہ کردیا جنہیں ہم لوگ بالکل نہیں جانتے تھے اور جن سے شادی کی اس کی عمر ابو سے بھی زیادہ تھی۔ ابو نے ستم یہ کیا کہ بہن کی نند سے دوسری شادی کرلی اور مزے سے رہنے لگے۔ میں گھر سے بیزار ہوکر اپنی ایک سہیلی کے گھر زیادہ وقت گزارنے لگی اس کے گھر والے بھی مجھ سے بہت محبت اور اپنائیت کا برتاؤ کرتے تھے۔ ایک دن میری سہیلی کے والد نے اسے کسی لڑکے سے رات کو ٹیلیفون پر باتیں کرتے دیکھ لیا اور خوب ہنگامہ کیا مگر میرے سمجھانے پر اسے معاف کردیا اس احسان پر میری سہیلی نے مجھے اس بندے کے بارے میں سب کچھ بتادیا ساتھ ہی یہ بھی کہ وہ ہر اتوار کی رات بارہ بجے اپنے گھر کے پچھلے برآمدے میں اس شخص سے ملتی ہے۔ پھر ایک دن میری بھی ایک لڑکے سے دوستی ہوگئی کچھ دن بعد ابو کو شک ہونے لگا آخر ایک دن ابو نے رنگے ہاتھوں پکڑ لیا جس کے بعد مجھ پر بہت زیادہ پابندیاں لگادی گئیں مگر میرے دل میں بغاوت بھر گئی تھی اس لیے میں نے نشہ کرنا شروع کردیا۔ وہ لڑکا ملک چھوڑ کر چلا گیا ہے لیکن شادی کے وعدے پر وہ مجھ سے نکاح نامے پر دستخط کرواکر لے گیا کہ وقت آنے پر تمہیں بلوالوں گا مگر اب تک اس کی طرف سے کوئی پیش رفت نہیں ہوئی ہے حالانکہ کافی عرصہ گزر چکا ہے۔ **(سدرہ' راولپنڈی)**

سدرہ! آپ کے طویل خط سے آپ کے ناگفتہ بہ حالات کا علم ہوا جن حالات سے آپ گزری ہیں اور گزر رہی ہیں ان حالات میں آپ کو صبر و استقامت کی دعا دے سکتے ہیں۔ پے در پے غموں نے آپ کے ذہن کو مفلوج کردیا ہے اور اسی وجہ سے غلطیوں پر غلطیاں کرتی چلی گئیں اور سب سے بڑی غلطی نکاح نامے پر دستخط کرکے کی ہے کیونکہ اس وجہ سے وہ لڑکا کسی بھی وقت آپ کو بلیک میل کرسکتا ہے پھر اگر آپ کی شادی کا مسئلہ کھڑا ہوتا ہے تب بھی آپ اس وقت تک شادی نہیں کرسکتیں جب تک وہ لڑکا طلاق نامہ نہ بھیجے۔ بہرحال اس لڑکے سے رابطہ رکھئے اور اگر وہ آپ کے معاملے میں سنجیدہ نہیں تو اس سے کہیے کہ وہ آپ کا نکاح نامہ اور طلاق دونوں بھیج دے تاکہ آپ اپنی مرضی سے زندگی گزارنے کے قابل ہوسکیں۔

آخر مجھ میں کیا کمی تھی؟؟؟

میری عمر 20 سال ہے اور میں ایک لڑکی سے محبت کرتا ہوں کسی کے ذریعے میں نے اسے پیغام بھجوایا مگر اس نے مجھے ڈانٹ دیا اس وجہ سے میں بہت بے چین ہوں کیا مجھ میں کوئی کمی ہے؟ حالانکہ میرے خاندان والے ہی نہیں اس لڑکی کی والدہ بھی میری بہت تعریف کرتی ہیں اور مجھے یقین ہے کہ ہماری شادی بھی ہوسکتی ہے لیکن میں چاہتا ہوں کہ شادی سے پہلے ہم ایک دوسرے کو پسند کرلیں جبکہ اس کا یہ حال ہے کہ وہ مجھ سے بات تک نہیں کرتی۔ **(آصف' لاہور)**

مشورہ: آپ بہت اچھے ہیں اور اچھے ہونے کی وجہ سے سب آپ کی تعریف بھی کرتے ہیں جس لڑکی سے آپ اظہار محبت کے خواہاں ہیں وہ آپ کی طرف توجہ نہیں دیتی تو اس کی ایک وجہ تو یہ ہوسکتی ہے کہ لڑکی یہ پسند نہیں کرتی کہ وہ لڑکوں سے اس قسم کے راہ رسم بڑھائے جو بعد پریشانی کا باعث بنتے ہیں اب آپ اگر اس لڑکی سے سچ مچ محبت کرتے ہیں اور شادی کرنا چاہتے ہیں تو اس کا سیدھا سادہ طریقہ یہی ہے کہ آپ اپنے والدین کے ذریعے باقاعدہ رشتہ بھیج دیجئے اگر رشتہ قبول ہوجاتا ہے تو کوئی مسئلہ نہیں اور اگر انکار ہوتا ہے تو تب بھی آپ یہ سمجھ لیں کہ کمی آپ میں نہیں بلکہ وہ لوگ جس قسم کا رشتہ چاہتے ہیں آپ اس معیار پر پورے نہیں اترتے یعنی عین ممکن ہے کہ ان کے ہاں خاندان میں شادی ہوتی ہو اعلیٰ تعلیم یافتہ یا زیادہ دولتمند لڑکا درکار ہو بہرحال وجہ کچھ بھی ہوسکتی ہے تب آپ کو چاہیے کہ آپ بھی اس کا خیال چھوڑ دیں کیونکہ زبردستی شادی نہیں ہوسکتی۔

ہمیں خدشہ ہے......!

میں شادی شدہ عورت ہوں میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے ابو نے میرے بھائی کی بچپن ہی میں پھوپھو کی بیٹی سے رشتہ طے کردیا تھا۔ والد کو فوت ہوئے بارہ سال ہوچکے ہیں اور بھائی کی عمر 13 سال ہے۔ امی نے ابو کے انتقال کے بعد میرے چچا سے شادی کرلی تھی اب میرے سوتیلے ابو جو چچا بھی ہیں چاہتے ہیں کہ یہ منگنی باقاعدگی سے ہوجائے مگر امی کا کہنا ہے کہ میرا بیٹا پڑھ لکھ کر کسی قابل ہوجائے اس کے بعد جہاں چاہے گا شادی کرلے گا۔ دوسرا یہ کہ میرے بھائی کے نام پر بنگلہ بھی ہے جس میں امی اور ابو رہتے ہیں۔ خدشہ ہے کہ اگر منگنی نہ ہوئی تو ابو امی کو طلاق نہ دیدیں؟ **(سویرا ظہیر' کراچی)**

مشورہ: آپ کی امی کا خیال بالکل درست ہے انہیں ابھی بیٹے کی ہرگز منگنی نہیں کرنی چاہیے کیونکہ لڑکا بہت چھوٹا ہے بچپن کی منگنی یا نکاح زندگی میں بڑی پریشانیاں پیدا کردیتا ہے۔ عین ممکن ہے کہ لڑکے کو بعد میں لڑکی پسند نہ آئے یا لڑکی ہی آپ کے بھائی کو ناپسند کرلے اس صورت میں مجبوری کی شادی پریشانی کا باعث بنتی ہے۔ جہاں تک ابو کے امی کو طلاق دینے کا تعلق ہے تو اس کیلئے آپ فکرمند نہ ہوں کیونکہ اگر وہ محض اس بنا پر اپنا بسا بسایا گھر اجاڑ سکتے ہیں تو پھر اس کا مطلب یہ ہے کہ وہ کسی بھی وقت کسی بھی بہانے آپ کی امی سے قطع تعلق کرکے دوسری شادی کرسکتے ہیں لہٰذا ایسے ناپائیدار رشتے کی خاطر کمسن لڑکے کی زندگی داؤ پر لگانا ہاں کی عقلمندی ہے۔ یوں بھی آپ کے چچا سوتیلے بیٹے کی شادی اگر بہن کی بیٹی سے کرنا چاہتے ہیں تو اس کے پس پشت وہ بنگلہ بھی ہے جو آپ کے بھائی کے نام ہے وہ نہیں چاہتے کہ ان کے بھائی کی جائیداد آپ کی والدہ یا بھائی کے قبضے میں رہے۔ ہمیں تو لگتا ہے کہ انہوں نے آپ کی والدہ سے شادی بھی اسی بنگلے کے لالچ میں کی ہوگی چونکہ انہیں بنگلہ نہیں ملا اس لیے لڑائی جھگڑے ہوتے ہیں۔ آپ کو چاہیے کہ آپ بھی اپنی والدہ کے خیالات سے متفق ہوں۔

بندش اور جادو ختم ہو گیا

اب بہر حال تو اس غریب پر اللہ کی طرف سے آرہی تھی درمیان اس دشمن دین نے کود کر الزام اپنے سر لے لیا اور خوامخواہ اپنی عاقبت برباد کرلی۔ (آخرت خراب کرلی) بہرحال اگر واقعی کس کا روزگار باندھ دیا گیا ہو تو درج ذیل عمل اس کے توڑ کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

ملازمت پر دوبارہ بحالی کیلئے

(فتح محمد درکزئی فاران)

جس بھائی کو اس کی ملازمت سے فارغ کیا گیا ہو اس کے بالا افسر نے اس کے صاحب نے اور وہ یہ چاہتا ہو کہ دوبارہ اس کی ملازمت یا نوکری بحال ہوجائے تو یقین اور صدق دل سے ذیل ورد کو پڑھتا رہے تو بہت جلد اس کی وہی پہلے والی نوکری بحال ہوجائے گی۔ آزمودہ ورد ہے:۔

1۔ بِسْمِ اللّٰہِ الَّذِیْ لَایَضُرُّ مَعَ اِسْمِہٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَا فِی السَّمَاءِ وَھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْم 3 مرتبہ

2۔ درود شریف: گیارہ مرتبہ درود ابراہیمی

3. یَاعَظِیْمَ السُّلْطَانِ. یَاقَدِیْمَ الْاِحْسَانِ. یَادَائِمَ النِّعَمِ. یَابَاسِطَ الرِّزْقِ. یَاوَاسِطَ لْعَطَاءِ. یَادَافِعَ الْبَلَاءِ. یَاحَاضِراً لَیْسَ بِغَائِبٍ. یَامَوْجُوْدًا عِنْدَ الشَّدَائِدِ. یَاخَفِیَّ اللُّطْفِ. یَالَطِیْفَ الصُّنْعِ. یَاحَلِیْمًا لَایَعْجَلُ اِقْضِ حَاجَتِیْ بِرَحْمَتِکَ یَااَرْحَمَ الرَّاحِمِیْنَ.

4۔ درود شریف دوبارہ گیارہ مرتبہ بعد میں عجز وانکساری کے ساتھ اللہ تعالیٰ کے حضور ہاتھ اٹھا کر دعا کریں دن میں دو یا تین بار دعا کریں۔ بحالی ملازمت تک یہ ورد جاری رکھیں بہت دفعہ آزمایا ہوا ہے۔ بہت جلد انشاء اللہ واپس اسی جگہ پر ملازمت بحال ہوجائیگی۔

عمل برائے بندش رزق دور کرنا

(ایم اے قریشی، ملتان)

محترم قارئین عبقری! ممکن ہے جس نیکی کو آج ہم حقیر سمجھ کر چھوڑ دیں کل بروز قیامت وہی ہماری نجات کا ذریعہ بنے کیونکہ نعمت کی اہمیت کا احساس جب ہوتا ہے جب وہ چھن جائے۔ حدیث مبارکہ ہے ”جب بندہ ماں باپ کیلئے دعا ترک کردیتا ہے تو اس کا رزق قطع ہوجاتا ہے“

یہ بہت ہی عام ہورہا ہے کہ آج کے اس مشکل دور میں 80 فیصد ہر ایماندار شخص پریشان ہے، رزق کی فراخی اور تنگی اللہ نے اپنے قبضہ قدرت میں رکھی ہے۔ مگر دنیا والے جادو ٹونے کے زور پر کسی کا رزق باندھ دیتے ہیں، یا کم کردیتے یا ختم کردیتے یا چھین لینے کی کالک منہ پر مل لیتے ہیں۔

حالانکہ یہ بھی ممکن ہے کہ جب یہ بدبخت کسی کا رزق باندھنے کا قبیح عمل کررہے ہوں وہ واقعی متاثرہ شخص کیلئے تنگی ترشی کا دور شروع ہونے کا ہو۔

اب بہر حال تو اس غریب پر اللہ کی طرف سے آرہی تھی درمیان اس دشمن دین نے کود کر الزام اپنے سر لے لیا اور خوامخواہ اپنی عاقبت برباد کرلی۔ (آخرت خراب کرلی) بہرحال اگر واقعی کس کا روزگار باندھ دیا گیا ہو تو درج ذیل عمل اس کے توڑ کیلئے اکسیر کا درجہ رکھتا ہے۔

عمل برائے بندش روزگار دور کرنا: روزانہ بعد نماز فجر اول وآخر درود شریف 101 مرتبہ پڑھیں اور درمیان میں سورۃ المزمل 18 مرتبہ پڑھ کر پانی پر دم کریں اور دعا کریں پانی خود پئیں، گھر والوں کو پلائیں، گھر دکان دفتر (مقام روزگار) میں اس کے چھینٹے ماریں دھیان رہے کہ پانی زمین پر نہ گرے اور یہ عمل بلاناغہ 41 دن کریں۔

حالات میں تبدیلی صرف چند دنوں کے اندر اندر شروع ہوجاتی ہے تاہم اگر اس عمل کو ہمیشہ اپنا لیا جائے تو چند دنوں میں ہی بہترین رزلٹ ملنا شروع ہوجائیں گے اور انشاء اللہ زندگی بھر کسی اور عمل کی ضرورت باقی نہیں رہتی۔

بعد از عمل بندہ ناچیز اور ”عبقری“ کی پوری ٹیم کے حق میں ضرور دعا کریں۔ اللہ سے دعا ہے کہ وہ کسی بھی مسلمان کو بندش رزق سے ہمکنار یا اس کا شکار نہ کرے اور اللہ سب کو اپنے خزانہ رزق سے وسیع اور کشادہ رزق عطا کرے۔

خونی وبادی بواسیر کیلئے

یہ ہمارا صدری نسخہ ہے عبقری کے قارئین کیلئے سینے کا راز کھول رہا ہوں ورنہ ایسا نسخہ جو سو فیصد رزلٹ دے اس کا افشاں کرنا آسان بات نہیں۔ **ھوالشافی:** کوڑتمہ 3 عدد لیکر گائے کے دودھ ڈیڑھ کلو میں ابالنا شروع کریں جب دودھ ایک پاؤ رہ جائے تو کوڑتمے نکالدیں، دودھ میں آدھا کلو چینی ڈال کر اس کو ہلاتے رہیں جب سرخی مائل ہوجائے تو اتارلیں۔ خوراک: آدھا چمچ صبح وشام ہمراہ پانی، 2 ہفتہ تک استعمال کریں۔ انشاء اللہ اللہ کے فضل سے پرانی سے پرانی بواسیر کا قلع قمع ہوجائیگا۔ **(نصر اللہ معاویہ، وہاڑی)**

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0314-9007293۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفرگڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی جھنگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480۔ **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجرخان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **راولپنڈی:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095

خود بھی روشن' دوسرے بھی روشن

میمونہ نیاز' فیصل آباد

راجو بے انتہا خوش تھا' اس نے باہر جا کر تمام بچوں کو فخریہ یہ خبر سنائی کہ آج ہمیں چندا ماموں نے چاند نگر سے روٹیاں بھیجی تھیں لیکن کسی نے بھی اس کی بات پر یقین نہیں کیا بلکہ الٹا اس کا مذاق اڑانے لگے جس کی وجہ سے راجو کی کئی لڑکوں سے لڑائی بھی ہوگئی

''اماں چندا ماموں کتنے پیارے لگتے ہیں' ہیں ناں؟'' راجو نے سیاہ آسمان پر چمکتے تاروں کے جھرمٹ میں روشن چودھویں کے چاند کو دلچسپی سے تکتے ہوئے کہا تو اس کی ماں نے پیار سے راجو کے سر میں انگلیاں پھیرتے ہوئے ہاں میں سر ہلایا۔ ''ماں! ماں! مجھ کو چاند بہت اچھا لگتا ہے' مجھے یہ دلا دو' میں اس سے کھیلوں گا اور باتیں بھی کروں گا۔''
راجو تیری ضد بڑھتی جا رہی ہے' کبھی تجھے اچھے کپڑے چاہیے' کبھی اچھا گھر' کبھی کھلونے اور آج تو مجھ سے چاند مانگ رہا ہے' پاگل ہوگیا ہے؟'' راجو ماں کے اس طرح ڈانٹنے پر بالکل اداس نہ ہوا' وہ جانتا تھا جب سے بابا کا انتقال ہوا ہے تب سے ماں اسی طرح اکثر اس پر غصہ کرنے لگی ہے۔
راجو کو تیسری جماعت سے سکول بھی چھوڑنا پڑا تھا' کیونکہ اب اس کے ابو دنیا میں نہیں رہے تھے' لہٰذا اب گھر میں رہ کر وہ اپنے الٹے سیدھے سوالات کرکے ماں سے جھڑکیاں کھاتا رہتا تھا۔
اس وقت بھی وہ ماں کی ڈانٹ سننے کے بعد پھر چندا ماموں کے سحر میں کھو گیا۔ ''ماں! چندا ماموں بالکل گول ہیں جیسے سکہ اور ایسے جیسے روٹی۔'' اب راجو کی نظریں چاند پر سے ہٹ کر اپنی ماں پر ٹک گئی تھیں۔ ''ماں! مجھے روٹی چاہیے' بہت بھوک لگ رہی ہے'' اس کے لہجے میں ایک دم نقاہت اتر آئی اور اس کی ماں کی آنکھوں میں بے بسی۔ کوئی نہیں جانتا تھا کہ یہ دونوں ماں بیٹے آج پھر فاقے سے ہیں۔ ہمیشہ کی طرح آج بھی جب راجو کو ماں پیار سے نہ بہلا پائی تو مجبوراً ماں کو اس پر ہاتھ اٹھانا پڑا۔ کچھ دیر بعد راجو روتے روتے سو چکا تھا۔ اس کے بعد ماں نے راجو کے معصوم وجود کو خود سے لپیٹ لیا اور اپنی آنکھوں میں چھپے آنسوؤں کی پونچھ کر خود بھی سونے کی کوشش کرنے لگی۔
اتفاق سے آج جب یہ دونوں ماں بیٹے صحن میں بچھی چارپائی پر لیٹے باتیں کر رہے تھے تو گھر کے سامنے سے گزرنے والے ایک نیک آدمی نے ان کی باتیں سن لیں۔ تمام حالات کا اندازہ ہوتے ہی اس نے دل میں ان کی مدد کرنے کی ٹھان لی' دوسرے روز صبح جب راجو اور اس کی ماں کی آنکھ کھلی تو صحن میں چند میٹھی روٹیاں پڑی ملیں جن پر لکھا تھا ''چاند نگر'' راجو بڑی حیرت اور خوشی سے چلایا: ''ماں دیکھو! ماموں نے ہمیں چاند نگر سے روٹیاں بھیجی ہیں۔'' ماں کا بھی حیرت سے برا حال تھا' لیکن چونکہ یہ دونوں کل سے بھوکے تھے اور روٹی دیکھ کر ان کی بھوک مزید چمک اٹھی تھی' لہٰذا انہوں نے جلدی جلدی مزے سے روٹی کھالی۔ راجو بے انتہا خوش تھا' اس نے باہر جا کر تمام بچوں کو فخریہ یہ خبر سنائی کہ آج ہمیں چندا ماموں نے چاند نگر سے روٹیاں بھیجی تھیں لیکن کسی نے بھی اس کی بات پر یقین نہیں کیا بلکہ الٹا اس کا مذاق اڑانے لگے جس کی وجہ سے راجو کی کئی لڑکوں سے لڑائی بھی ہوگئی اور وہ جلد ہی گھر واپس آگیا۔ اب اسے شدت سے رات ہونے کا انتظار تھا تاکہ جلدی سے وہ اپنے چندا ماموں کا شکریہ ادا کرسکے۔
اس دن کے بعد سے راجو نے ماں سے فرمائشیں کرنا چھوڑ دیں بلکہ اب وہ اپنی تمام فرمائشیں چندا ماموں سے کرتا تھا' کیونکہ چندا ماموں اس کی تمام فرمائشیں پوری ضرور کرتے تھے' اب چاند نگر سے راجو کیلئے روٹیوں کے ساتھ ساتھ اچھے کپڑے' جوتے' کھلونے اور رنگ برنگی کتابیں بھی آنے لگی تھیں۔ اب کبھی انہیں بھوکا نہیں سونا پڑتا تھا۔ گویا چندا ماموں نے ان کی زندگی بدل دی تھی۔ ایک چندا ماموں نے چاند نگر سے رقعہ لکھ کر بھیجا جس میں راجو کو تاکید کی گئی تھی کہ اب وہ اپنی تعلیم کا سلسلہ دوبارہ شروع کردے کیونکہ چندا ماموں کو سکول جانے والے محنت سے پڑھنے لکھنے والے بچے پسند ہیں' ساتھ ہی اس کام کیلئے ایک معقول رقم بھی لفافے میں تھی۔ ماں نے اسی دن راجو کو ایک اچھے سکول میں داخل کرادیا' کیونکہ راجو کو بھی پڑھنے کا بہت شوق تھا اور اب جب چندا ماموں نے اسے دل لگا کر پڑھنے کی تاکید کی تھی تب سے اس کا ذوق شوق کچھ اور بھی بڑھ گیا تھا۔ یہی وجہ تھی کہ وہ ہمیشہ بہترین نمبروں سے پاس ہوتا اور چندا ماموں خوش ہوکر اسے اور بھی تحفوں سے نوازتے۔
دیکھتے دیکھتے راجو کامیابیوں کی سیڑھیاں طے کرتا ہوا میڈیکل کالج میں پہنچ گیا۔ جس دن وہ ڈاکٹر بنا' اس روز وہ بیک وقت انتہائی خوش بھی تھا اور اداس بھی۔ خوشی ڈاکٹر بن جانے کی تھی وہ جانتا تھا کہ اب بھی مزید کئی کامیابیاں اس کی منتظر ہیں اور اداس اس لیے کہ وہ اب تک اس نیک انسان کو نہیں دیکھ سکا جس نے چندا ماموں کے نام سے اس کی مدد کرکے زندگی بنائی تھی اور آج ہی اسے چندا ماموں کا آخری خط موصول ہوا تھا جس میں انہوں نے لکھا تھا: ''راجو بیٹا! یہ میرا آخری خط سمجھو' کیونکہ اب تمہیں اپنے چندا ماموں کی ''چاندنی'' کی کوئی ضرورت نہیں رہی' اب تم صرف راجو نہیں رہے بلکہ دھرتی کے آسمان پر چمکنے والا ستارہ بن گئے ہو۔ ایک نیا اور روشن ستارہ۔ راجو! تمہارے لیے تمہارے چندا ماموں کا ایک پیغام ہے اگر ہوسکے تو کوشش کرنا کہ تم بھی زمین کے کسی ذرے کو ستارہ بنا سکو۔ اس حقیر ذریعے کو' جسے دنیا بغیر دیکھے روندتی ہوئی آگے بڑھ جاتی ہے' مگر جب تم اسے اپنے ہی جیسا ستارہ بنا دو گے تو یہی دنیا سر اٹھا کر اسے دیکھنے پر مجبور ہوجائے گی۔ یقیناً تم دیکھو گے کہ ایسا کرنے سے تمہاری روشنی اور جگمگاہٹ میں اور بھی اضافہ ہوگیا ہے۔''

تریاق السر

مغز کشنیز' گوند کیکر' رال سفید' ملٹھی ہر ایک 50 گرام' چینی 40 گرام کو کوٹ پیس کر ملالیں۔ خوراک: ایک چائے کا چمچہ پانی کے ہمراہ دن میں تین مرتبہ استعمال کریں۔ چند ہفتے کے استعمال سے مکمل صحت ہوجاتی ہے۔ فوائد: معدے کی تیزابیت' جلن' کھٹے ڈکار' کھانا منہ کو آنا' کھانا کھانے کے بعد فوراً درد' خالی پیٹ سخت تکلیف' یہ تمام بیماریاں ختم ہوجاتی ہیں۔ ایک اور فائدہ جو بار بار تجربات سے سامنے آیا ہے وہ یہ ہے کہ ایسے لوگ جن کے اندر خون کی کمی تھی۔ چہرے کا رنگ سیاہ یا پیلا پڑ گیا تھا جب انہوں نے اس دوا کو مسلسل استعمال کیا تو بہت ہی اچھی تبدیلی رونما ہوئی اور خون کی کمی بالکل ختم ہوگئی جن کیلئے سرجری تجویز ہوئی تھی اور یہ مشورہ دیا گیا تھا کہ ان کا وہ حصہ جو السر کی وجہ سے بہت متاثر ہوگیا تھا کاٹ دیا جائے' بفضل تعالیٰ یہ دوائی کھانے سے آرام ہوا۔ **(غلام سرور خان' راولپنڈی)**

یرقان کا دیسی نسخہ

ھوالشافی: زرشک شیریں ڈیڑھ چھٹانک' مکو دانہ ڈیڑھ چھٹانک' جڑ کاسنی ڈیڑھ چھٹانک' بیج کاسنی ڈیڑھ چھٹانک' آلو بخارا تین چھٹانک۔ **طریقہ استعمال:** آلو بخارے کے علاوہ تمام چیزوں کو ہلکا کوٹ لیں سب چیزوں کو ملا کر سات پڑیا بنالیں۔ مٹی کے برتن میں روزانہ دو سیر پانی ڈال کر ایک پڑیا بھگو دی جائے۔ اس پانی کو سارے دن میں استعمال کریں اور پھوک گرا دیں۔ پھر رات کو دوسری پڑیا بھگو دیں۔ اس طرح سات روز تک روزانہ پڑیا بھگوئیں اور پانی استعمال کرتے رہیں۔ انشاء اللہ یرقان ٹھیک ہوجائیگا۔ اگر مزید ضرورت پڑے تو ایک دو ہفتہ پلا کر اس کے اگلا ہفتہ چھوڑ کر دوبارہ یہی عمل کریں۔ **(شمیم اصغر)**

اس چڑیل نے مجھے تھپڑ کیوں مارا؟

عبدالغفار ثاقب، ایبٹ آباد

میں نے آہستہ آہستہ نگاہ اٹھا کر ادھر ادھر دیکھا تو وہاں پر مجھے پانچ فٹ لمبی کالی بالوں سے بھری انسان کی طرح ہاتھ پاؤں والی کوئی چیز کھڑی دکھائی دی جو مجھے غور سے دیکھ رہی تھی پہلے تو میں نے اپنا وہم سمجھا جب میں نے دوبارہ غور سے دیکھا تو وہاں پر ایک انسان نما چیز کھڑی تھی

یہ جو واقعہ میں تحریر کر رہا ہوں یہ چھ سات سال پہلے کا واقعہ ہے اس وقت میری عمر تقریباً بارہ تیرہ سال تھی یہ واقعہ تقریباً 2004ء کا ہے۔ جون جولائی کا مہینہ تھا گرمی اپنے عروج پر تھی ان دنوں میری والدہ کی طبیعت اکثر اوقات خراب رہتی تھی اور میری والدہ ہفتہ میں کم سے کم ڈاکٹر کے پاس ایک دو بار ضرور جاتی تھیں۔ ہسپتال جاتے وقت میری والدہ ہم میں سے کسی بہن بھائی کو ضروری لے جاتی تھیں۔ ہسپتال ہمارے گھر سے تھوڑے سے فیصلے پر آتا تھا۔ لوڈشیڈنگ اس وقت بھی ہوا کرتی تھی اس وقت بھی بجلی گئی ہوئی تھی اور رات کے تقریباً آٹھ بج رہے تھے۔ ہمیشہ کی طرح اس دن بھی ہسپتال میں کافی زیادہ رش تھا، بعض مریضوں کو ڈرپ بھی لگی ہوئی تھی اور وہ لیٹے ہوئے تھے کافی انتظار کے بعد ہماری باری بھی آ ہی گئی جب ہم وہاں سے دوائی لیکر نکل رہے تھے تو وہاں ہی میری والدہ کو (لیڈیز ویٹنگ روم) میں ایک جان پہچان والی عورت مل گئی وہ عورت والدہ سے باتیں کرنے لگی اور والدہ بھی بیٹھ کر عورت کیساتھ باتیں کرنے لگی اور میں وہاں سے چلتا ہوا مردانہ ویٹنگ روم میں پہنچ گیا وہاں مریضوں کو ڈرپ لگی ہوئی تھی۔

وہاں ایک گتے کا بڑا سا ڈبہ پڑا ہوا تھا جس میں خالی ڈرپ مریضوں کو لگانے کے بعد پھینک دی جاتی ہے۔ اس وقت بھی اس ڈبے میں چار پانچ ڈرپ پڑی ہوئی تھیں۔ (ڈرپ کو آپ پہچانتے ہی ہونگے ڈرپ ایک ہلکے پلاسٹک کی سفید بوتل ہوتی ہے جس میں پانی کی طرح کی دوائی پڑی ہوتی ہے اور ڈرپ کے ساتھ پتلی اور تقریباً ایک میٹر کی نلکی بھی لگی ہوتی ہے) میں نے ان پانچ ڈرپ میں سے ایک ڈرپ پانی ڈال کر کھیلنے کیلئے وہاں سے اٹھالی میں جب اپنی والدہ کے پاس پہنچا اس وقت میری والدہ اس عورت کیساتھ باتیں کر رہی تھی میری والدہ کو نا میرے آنے کا پتہ چلا اور نا جانے کا تھوڑی دیر اور باتیں کرنے کے بعد میری والدہ وہاں سے واپس آ گئی میں نے ڈرپ والدہ سے چھپائی ہوئی تھی اگر وہ دیکھ لیتیں تو مجھے کبھی ڈرپ گھر نا لے جانے دیتیں جب میں اور میری والدہ گھر واپس آئے تو تقریباً رات کے نو بج رہے تھے ہمارے گھر آنے کے بعد تھوڑی دیر بعد بجلی بھی آ گئی اس وقت گھر کے باقی افراد کمرے میں بیٹھے ٹی وی دیکھ رہے تھے ڈرپ میں نے واپس گھر آتے ہی صحن میں چھپا دی تھی۔ تقریباً رات کے دس بجے میں آہستہ سے کمرے سے نکلا اور صحن سے ڈرپ لی اور نل میں ڈرپ میں پانی ڈالنے لگا۔ کمرے سے باہر کو بلب وغیرہ نہیں لگا ہوا تھا باہر اس وقت صحن میں مجھے روشنی کی ضرورت ہی نہیں تھی۔ کیونکہ اس وقت چاند اپنی پوری آب و تاب سے چمک رہا تھا ہر طرف چاند کی چاندنی بکھری ہوئی تھی چاند کی چاندنی میں ہر شے دکھائی دے رہی تھی۔ ہماری چھت پر ادھر سے ہی سیڑھیاں جاتی تھیں نلکا سیڑھیوں سے پانچ فٹ ہی دور تھی۔ میں اس وقت بڑی توجہ دیکر پانی ڈال رہا تھا ڈرپ میں پانی ڈالنا کوئی آسان کام نہیں تھا میں پھر بھی کوشش کر رہا تھا ڈرپ میں پانی ڈالتے وقت میں جس کمرے میں سب بیٹھے تھے اس کمرے سے کافی دور تھا۔ ابھی بھی پانی ڈال ہی رہا تھا کہ مجھے اپنے قریب آہٹ سنائی دی اور میری چھٹی حس نے مجھے خبردار کیا کہ میرے آس پاس کوئی ہے۔ مجھے ایسا لگا جیسے سیڑھیوں کے آس پاس کوئی ہے۔

میں نے آہستہ آہستہ نگاہ اٹھا کر ادھر ادھر دیکھا تو وہاں پر مجھے پانچ فٹ لمبی کالی بالوں سے بھری انسان کی طرح ہاتھ پاؤں والی کوئی چیز کھڑی دکھائی دی جو مجھے غور سے دیکھ رہی تھی پہلے تو میں نے اپنا وہم سمجھا جب میں نے دوبارہ غور سے دیکھا تو وہاں پر ایک انسان نما چیز کھڑی تھی اس چیز کے جسم پر سر سے لیکر پاؤں تک تین تین انچ تک کالے بال تھے انڈے کی طرح بیضوی آنکھیں تھی جو انتہائی سرخ تھیں وہ مجھے غور سے دیکھ رہی تھی جونہی میں نے اسے دیکھا تو چیختا چلاتا ہوا کمرے کی طرف بھاگ گیا لیکن اس چیز نے میرے کمرے تک پہنچتے ہی میری ران پر زور سے تھپڑ مارا وہ کمرے کے اندر نہیں آئی بلکہ باہر سے ہی چلی گئی۔ میرے بھائی اور والدہ بھی ڈر گئے میرے بھائیوں اور والدہ کا کہنا ہے جب میں چیختا چلاتا اندر آیا اس کے بعد ہی چھت پر کودنے کی اور چلانے کی آوازیں آتی رہی اور چھت ایسے ہل رہی تھی جیسے زلزلہ آ گیا ہو میرا بڑا بھائی جو حافظ قرآن مجید ہے قرآن پڑھتا پڑھتا چھت پر گیا تو وہاں کوئی بھی نہیں تھا۔ میرے بھائی نے مجھ پر کچھ آیتیں پڑھ کر پھونکیں تب میری حالت سنبھلی۔ جو تھپڑ مجھے اُس نے مارا تھا اس کے نشانات کافی عرصے تک میری ران پر ثبت ہو رہے اور پھر ختم ہو گئے۔

حکیم صاحب یہ واقعہ بالکل سچا ہے میری والدہ اور میرے بھائی اس بات کے گواہ ہیں۔

ہمسائے کے حقوق

مطلوب احمد باجوہ، بہاولپور

جبرائیل مجھے ہمسائے کے بارے میں وصیت کرتے رہے یہاں تک کہ مجھے خیال آنے لگا کہ شاید اسے وارث بنا دیا جائیگا۔

آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ''جبرائیل مجھے ہمسائے کے بارے میں وصیت کرتے رہے یہاں تک کہ مجھے خیال آنے لگا کہ شاید اسے وارث بنا دیا جائیگا۔ (**صحیح البخاری شریف**)

قرآن پاک میں ہمسائے کے حقوق کی ادائیگی پر زور دیا گیا ہے۔ ترجمہ ''اور تم اللہ کی عبادت کرو اور اس کے ساتھ کسی کو شریک نہ ٹھہراؤ اور ماں باپ کے ساتھ بھلائی کرو اور رشتہ داروں اور یتیموں اور محتاجوں (سے) اور نزدیکی ہمسائے اور اجنبی پڑوسی اور ہم مجلس اور مسافر (سے) اور جن کے تم مالک ہو چکے ہو (ان سے نیکی کیا کرو) بیشک اللہ اس شخص کو پسند نہیں کرتا جو تکبر کرنے والا (مغرور) فخر کرنے والا (خود بین) ہو۔''

☆ ابوشریح روایت کرتے ہیں ''حضور اکرم ﷺ نے فرمایا خدا کی قسم وہ ایمان والا نہیں۔ خدا کی قسم وہ ایمان والا نہیں۔ خدا کی قسم وہ ایمان والا نہیں، عرض کیا گیا یارسول اللہ ﷺ کون؟ فرمایا کہ جس کا ہمسایہ اس کی ایذا رسانی سے محفوظ نہیں۔ (**صحیح بخاری شریف**)

☆ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ''جو اللہ اور قیامت پر یقین رکھتا ہے وہ اپنے ہمسائے کو نہ ستائے۔ جو اللہ اور قیامت پر ایمان رکھتا ہے اسے چاہیے کہ اپنے مہمان کو عزت کرے۔ جو اللہ اور قیامت پر یقین رکھتا ہے اسے چاہیے کہ اچھی بات منہ سے نکالے یا خاموش رہے۔ (**صحیح البخاری**)

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ''جو اللہ اور قیامت پر یقین رکھتا ہے وہ اپنے ہمسائے کو نہ ستائے۔ جو اللہ اور قیامت پر ایمان رکھتا ہے اسے چاہیے کہ اپنے مہمان کی عزت کرے۔ جو اللہ اور قیامت پر یقین رکھتا ہے اسے چاہیے کہ اچھی بات منہ سے نکالے یا خاموش رہے۔ (**صحیح البخاری شریف**)

☆ حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ کا بیان ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ فرمایا کرتے تھے ''اے مسلمان عورتو! تم میں سے کوئی عورت اپنی پڑوسن کی تذلیل وتحقیر نہ کرے اگرچہ وہ بکری کے کھر جیسی ہو۔ (**صحیح البخاری**)

اسماء سعید، سیالکوٹ

انسان کی زندگی کے اثرات اس کی نسلوں پر

تیمور نے بیگم کو ہی کل کائنات سمجھ لیا تھا۔ ماں اگر سائرہ کو تجربات کے پیش نظر کوئی بات سمجھاتی تو وہ اسے اپنی انا کا مسئلہ بنا لیتی اور کہتی آپ کو تو بس دوسروں کے معاملات میں بولنا ہی آتا ہے۔

سردار صاحب کو خدا نے کافی عرصے کے بعد اولاد کی نعمت سے نوازا۔ وہ بہت خوش تھے کہ چلو دیر سے ہی سہی مگر اولاد ملی تو ہے چار بیٹے اور چار بیٹیاں پہلے تین بیٹے ہوئے پھر دو بیٹیاں اور پھر بیٹے کے بعد دو بیٹیاں چونکہ بڑا بیٹا پہلی اولاد تھا اس لیے وہ لاڈلا اور اہم ٹھہرا۔ دن گزرتے گئے بچے تعلیم کے زیور سے آراستہ ہونا شروع ہو گئے۔ بڑے بیٹے تیمور نے بی اے تک تعلیم حاصل کی والدین تو چاہتے تھے کہ تمام بچے اعلیٰ سے اعلیٰ تعلیم حاصل کریں اور سرکاری عہدوں پر فائز ہو جائیں مگر تیمور اپنے باپ کے ساتھ کپڑے کا کاروبار کرنا چاہتا تھا اسی لیے اس کے شوق کو مدنظر رکھتے ہوئے سردار صاحب نے اسے اپنا حصہ دار بنا لیا۔

مارکیٹ میں ان کا ایک نام تھا وسیع کاروبار تھا' تیمور نے باپ کے ساتھ مل کر کاروبار کرنا شروع کیا تو شروع شروع میں کافی نقصان کا سامنا کرنا پڑا رفتہ رفتہ باپ نے بیٹے کو میچور کر دیا باقی بچے بھی بڑی جماعتوں میں پہنچ چکے تھے۔ دونوں بیٹیاں ابھی چھوٹی جماعتوں میں تھیں باپ اپنے بچوں کی ترقی دیکھ کر بہت خوش ہوتا اور ماں بھی بڑے سے کچھ زیادہ ہی پیار کرتی تھی آہستہ آہستہ باپ نے دکان پر جانا کم کر دیا اور بیٹے پر اندھا بھروسہ کرنا شروع کر دیا بیٹے نے بھی خود کو چوہدری سمجھنا شروع کر دیا جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ سردار صاحب کپڑوں کے بھاؤ تاؤ میں کوتاہی برتنے لگے اور اکثر کم قیمت وصول کرتے تیمور کو غصہ آتا تو باپ سے ایسی باتیں کرتا کہ کہ سردار صاحب خون کے آنسو روتے۔

تیمور نے ملازموں کو بھی ساتھ ملا لیا اور ہیرا پھیری شروع کر دی اور اپنا الگ سے بینک اکاؤنٹ کھلوا لیا پہلے جو کاروبار مہینے میں لاکھوں کا منافع دیتا تھا اب ڈاؤن ہونا شروع ہو گیا' پوچھ گچھ کوئی نہ کرتا تھا' نتیجہ بیٹا خود کو ہی مالک سمجھ بیٹھا' ماں بھی اب کچھ کچھ سمجھ چکی تھی مگر لڑائی نہ ہو اس وجہ سے خاموش تھی کیونکہ دوسرے بیٹے بھی جوان تھے اور نیا خون کچھ بھی کر سکتا تھا۔ سب سے مشکل دور تو تب آیا جب تیمور نے خالہ زاد سے شادی سے انکار کر دیا اور کہا میں نے اپنی پسند کی لڑکی کب سے چن رکھی ہے کڑوا گھونٹ کر کے سردار صاحب نے اپنے بیٹے کی خوشی کی خاطر اس خاندان میں جانا منظور کیا جو برسوں سے ان کا دشمن تھا گردن جھکا کر والدین بیٹے کی منگنی کرآئے حالانکہ والدین نے بیٹے کو بہت سمجھایا کہ یہ خاندان اچھا نہیں ہے تمہارے لیے مشکل پیدا ہو گی مگر بیٹے نے باپ کی محبت اور تجربے کو پس پشت ڈال کر آنکھوں میں آنکھیں ڈال کر اپنا فیصلہ سنا دیا۔ منگنی کے بعد اس نے شادی کیلئے شور مچانا شروع کر دیا۔ تیمور سے چھوٹے نے ٹیچنگ شروع کر دی۔ تیمور کی ایک ماہ بعد بڑی دھوم دھام اور شان و شوکت سے شادی ہوئی۔ شادی کے بعد تیمور کے تیور بدل گئے اور اس نے ماں باپ اور بہن بھائیوں کے پاس بیٹھنا کم کر دیا بات بات پر جھگڑا کرتا۔ سب ہی تیمور اور اس کی بیگم سے پیار کرتے تھے۔ حالات بہت کشیدہ ہونا شروع ہو گئے جب تیمور کی ساس آتی تو نئی سے نئی پٹی بیٹی کو پڑھا جاتی اس کے جانے کے بعد بیٹی بھی سب سے الگ تھلگ رہتی۔ تیمور نے گھر میں خرچہ دینا بند کیا تو ماں نے پوچھا کہ بیٹا ساری کمائی کدھر جاتی ہے تو کہتا مندے ہیں یا مال ڈلوا لیا۔ عامر جو ٹیچر تھا اور دس ہزار اس کی تنخواہ تھی نے گھر کا خرچہ اٹھا لیا مگر اس سے کیا بنتا ہے۔

تیمور نے بیگم کو ہی کل کائنات سمجھ لیا تھا۔ ماں اگر سائرہ کو تجربات کے پیش نظر کوئی بات سمجھاتی تو وہ اسے اپنی انا کا مسئلہ بنا لیتی اور کہتی آپ کو تو بس دوسروں کے معاملات میں بولنا ہی آتا ہے۔ بیٹا بھی ہمیشہ ماں کو ہی غلط کہتا اور وہ کچھ کہتا کہ ماں کو اپنی محبت چاہت قربانی رائیگاں جاتی محسوس ہوتی وہ اکثر تنہائی میں رو لیتی مگر تیمور کو تو بیگم کے مگرمچھ کے آنسو نظر آتے تھے ماں کے دکھ بھرے آنسو دکھائی نہ دیتے تھے۔ چھوٹے بہن بھائی اگر کچھ بولتے تو تیمور ماں کو کہتا کہ آپ نے انہیں بھی ہمارے خلاف کر دیا ہے۔ وہی بہنیں وہی ماں جو تیمور کی چھوٹی سے چھوٹی چیز کا خیال رکھتے تھے اس کی خاطر دوسروں کے حقوق سے حق تلفی کرتے وہی تیمور آج بدل گیا بلکہ بھول گیا تھا اسے تو بس سائرہ کے محبت بھرے الفاظ دکھائی دیتے سائرہ پیار سے بلاتی تو وہ سر کے بل چلا آتا۔ ماں یا بہنیں کچھ مانگتیں تو سوائے خون کے آنسو رلانے کے کچھ حاصل نہ ہوتا۔ یہ تو خدا کا شکر تھا کہ جائیداد سردار صاحب کے نام تھی ورنہ تیمور سب کو گھر سے بے گھر کر دیتا۔

ماں کی محبت بھری نصیحت بھی سائرہ کا کانٹے کی طرح چبھتی تھی ماں اگر سائرہ کو اس کے لباس اٹھنے بیٹھنے کے معاملے میں سمجھاتی تو سائرہ چیخ کر بول اٹھتی اور تیمور بھی اس کا ساتھ دیتا وہی باپ جس نے اسے دنیا میں چلنا سکھایا اس کا ہر طرح سے خیال رکھا خوشیوں کو مدنظر رکھا اس کی پسند کی شادی کی وہی تیمور ماں بہنوں کو دینے کیلئے اچھے کپڑے اور اچھا کھانا پسند نہ کرتا۔ تیمور کے شادی کے دو سال بعد بیٹی عطا ہوئی وہ بہت پیاری تھی اس کا نام کائنات رکھا گیا سب کچھ بھلا کر سردار صاحب اور اس کے خاندان نے بچی کو جی جان سے چاہا بچی بھی ان کے بہت قریب ہو گئی لیکن کائنات کے والدین پھر بھی نہ سمجھ کہ ہم غلط ہیں۔ سردار صاحب کے باقی بچے کیا کرتے ہیں یہ وقت ہی بتائے گا۔

قارئین! یہ سچی داستان ہے آخر میں اس داستان کا جو نچوڑ نکلتا ہے وہ یہ ہے کہ اولاد جس کی پیدائش پر والدین منوں مٹھائیاں بانٹتے ہیں وہی بیٹے اپنی اپنی زندگیوں میں اس قدر مگن ہو جاتے ہیں کہ اپنی ذمہ داری اور فرائض بھول جاتے ہیں۔ حتیٰ کہ ماں کی مٹھاس بھری بے لوث محبت اور باپ کی قربانیوں اور بہنوں کی دعاؤں کو بھول جاتے ہیں ان کی محبت کا جواب محبت سے دینا تو دور انہیں جینے نہیں دیا جاتا اور وہ عورت جو خود کسی کی بیٹی کسی بہن ہوتی ہے جب بیوی بنتی ہے تو اپنا مقام و مرتبہ اور ذمہ داریاں بھول جاتی ہے وہی جو ماں باپ بہن بھائیوں کی ہر طرح کی باتیں سن لیتی تھی ماں کی ڈانٹ نہیں سہتی بلکہ ساس کی ذرا سی بات ماں کی پہاڑ جیسی بڑی بات سے زیادہ بُری لگتی ہے۔ خدارا اپنے اپنے ضمیر میں جھانکیے کہ والدین کا مقام و مرتبہ کتنی اہمیت رکھتا ہے خونی رشتے کتنی اہمیت رکھتے ہیں ہر رشتہ حقوق مانگتا ہے' ہر رشتہ پیار مانگتا ہے۔ یہ حقیقت ہے کہ آج ہم جو بوئیں گے کل وہی کاٹیں گے۔ آج تیمور اپنے والدین کے ساتھ جو کچھ کر رہا ہے کیا کل اس کی اولاد اس کو کچھ نہ کہے گی؟؟؟؟

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

ستمبر کے جوابات

1۔ بہن! آپ سورۃ الانشراح صبح وشام ایک ایک تسبیح پڑھیں روزانہ ایک پاؤ پارہ یاد کریں اور سارا دن اسے چلتے پھرتے دہراتی رہیں۔ انشاء اللہ آپ کو بہت جلد قرآن پاک دوبارہ مکمل یاد ہوجائیگا۔ میرے چھوٹے بھائی کو بھی یہی مسئلہ تھا ہمارے قاری صاحب نے اسی طریقے سے اُن کی دہرائی کروائی اس طرح ان کا سکول کا بھی ساتھ چلتا رہا اور ساتھ ساتھ قرآن پاک کی دہرائی بھی ہوگئی۔ **(انیس احمد' کراچی)**

2۔ بھائی میرا بھی اسی قسم کا مسئلہ تھا میرا کاروبار بالکل ٹھپ ہوچکا تھا' میں قرض اٹھا اٹھا کر تھک گیا تھا لیکن میرا کاروبار ٹھیک ہونے کا نام ہی نہیں لے رہا تھا لیکن جب سے میں نے عبقری کے اندر سورۃ الکوثر 129 بار صبح وشام کا ورد پڑھا ہے اور میں اسے مسلسل پابندی سے کرتا ہوں تب سے میرے معاملات بہتر ہونا شروع ہوگئے ہیں اور غیب سے رزق ملنا شروع ہوگیا ہے۔ اب میرے اوپر کسی قسم کا کوئی قرض نہیں اور میں مالی طور پر پھر سے خوشحالی کی طرف جارہا ہوں۔ آپ بھی یہی عمل یقین' توجہ کے ساتھ کریں انشاء اللہ اللہ کرم کرے گا۔ **(عبدالرحمٰن' راولپنڈی)**

3۔ میرے ساتھ بھی یہی مسئلہ تھا۔ میں نے ہرطرح سے علاج معالجہ کروایا' پھر میں ایک دفعہ ان کو عبقری کے دفتر آیا وہاں سے مجھے بے اولادی کورس چند ماہ استعمال کرنے کیلئے دیا گیا میں نے لکھی گئی ترتیب کے مطابق استعمال کیا۔ اللہ نے مجھے 10 سال بعد اولاد کی نعمت سے نوازا۔ آپ بھی عبقری کے دفتر سے بے اولادی کورس لے کر استعمال کریں۔ **(نوید' لاہور)**

☆ آپ دونوں میاں بیوی سورۃ الکوثر کے تین سوالاکھ کریں۔ انشاء اللہ اللہ کرم کریگا۔ **(عاطف علی' سیالکوٹ)**

4۔ آپ دوپہر کھانے کے بعد آدھ پاؤ گرما پابندی سے کم ازکم چالیس دن استعمال کریں۔ بہت لاجواب اور آزمودہ ٹوٹکہ ہے۔ آپ کھانا بھوک رکھ کر کھائیں اور جب تک بھوک نہ لگے تب تک نہ کھائیں' سبزیاں اور پھل زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ مرچ مصالحوں اور چکنائی سے پرہیز کریں۔ **(انعم' ملتان)**

اکتوبر کے سوالات

1۔ میرا بیٹا عثمان غنی برین ٹیومر کا مریض ہے۔ میٹرک کا امتحان سرگودھا بورڈ سے دیا ہے۔ اس کا رول نمبر 715528 ہے۔ 1050 میں سے 922 نمبر آئے ہیں۔ اس کے سر میں شدید درد ہوتا ہے۔ قارئین سے گزارش ہے کہ سر درد کیلئے کوئی وظیفہ یا دوائی بتائیں۔ **(آصف حسین' سرگودھا)**

2۔ یہ مسئلہ میری ایک دوست کا ہے جس نے اب تک بہت سے ٹوٹکے اور دوائیاں آزمائی ہیں لیکن فرق محسوس نہیں ہوا۔ مسئلہ یہ ہے کہ اس کے چہرے پر (ٹھوڑی) کے نیچے کچھ فاضل بال ہیں جو سخت بھی ہیں اور سیاہ بھی' ٹیوزر سے نکالنے کے بعد چند دن کے بعد دوبارہ آجاتے ہیں۔ اس سلسلے میں وہ بہت پریشان ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی یا حکیمی علاج بتائیں جس سے اس مسئلے سے ہمیشہ کیلئے نجات مل جائے۔ اس سلسلے میں ہرقسم کی دوائیاں اور ٹوٹکے آزما چکے ہیں لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ اس کی عمر 34 سال ہے' غیر شادی شدہ ہے۔ (ر۔ا)

3۔ محترم قارئین السلام علیکم! مجھے چند سال سے بڑی زبردست ڈسٹ الرجی ہے' ہروقت ناک بہتا رہتا ہے' ساتھ بخار بھی ہوجاتا ہے۔ براہ مہربانی کوئی ٹوٹکہ بتائیں۔ **(شاہد' لاہور)**

(بقیہ: ایک بت پرست کا واقعہ)

نے اس حالت میں بھی مجھے ضائع اور ہلاک نہیں کیا حالانکہ میں اس کو جانتا بھی نہ تھا۔ پس وہ اس وقت مجھے کیوں ضائع کریگا جبکہ میں اس کو پہچانتا بھی ہوں۔ تین دن کے بعد ہمیں معلوم ہوا کہ اس کا آخری وقت قریب ہے ہم اس کے پاس گئے اس سے پوچھا کہ تیری کوئی حاجت ہو تو بتا' کہنے لگا میری تمام حاجتیں اس پاک ذات نے پوری کردی ہیں جس نے تم لوگوں کو جزیرہ میں میری ہدایت کیلئے بھیجا تھا۔ شیخ عبدالواحد رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ مجھ پر دفعتاً نیند کا غلبہ ہوا میں وہیں سوگیا تو میں نے خواب میں دیکھا ایک نہایت سرسبز شاداب باغ ہے۔ اس میں ایک نہایت نفیس قبہ بنا ہوا ہے اس میں ایک تخت بچھا ہوا ہے۔ اس تخت پر ایک نہایت حسین لڑکی کہ اس جیسی عورت کبھی کسی نے نہ دیکھی ہوگی یہ کہہ رہی ہے خدا کے واسطے اس کو جلدی بھیج دو' اس کے اشتیاق میں میری بیقراری حد سے بڑھ گئی۔ میری جو آنکھ کھلی تو اس نومسلم کی روح پرواز کرچکی تھی۔ ہم نے اس کی تجہیز وتکفین کی اور دفن کردیا جب رات ہوئی تو میں نے وہی باغ اور قبہ اور تخت پر وہ لڑکی اس کے پاس دیکھی۔ حق تعالیٰ شانہٗ کی عطا اور بخشش کے کرشمے ہیں کہ ساری عمر بت پرستی کی اور اس نے اپنے لطف وکرم سے موت کے قریب ان لوگوں کو زبردستی کشتی کے بے قابو ہوجانے سے وہاں بھیجا اور اس کو آخرت کی دولت سے مالا مال کردیا۔

مناقب صحابہ رضی اللہ عنہم واہل بیت رضی اللہ عنہم

قسط نمبر 19

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا بیان کرتی ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: چھ بندوں پر میں لعنت کرتا ہوں اور اللہ بھی ان پر لعنت کرتا ہے اور ہر نبی مستجاب الدعواب ہے وہ بھی ان پر لعنت کرتا ہے: جو کتاب اللہ میں زیادتی کرنے والا ہو اور اللہ تعالیٰ کی قدر کو جھٹلانے والا ہو اور ظلم وجبر کے ساتھ تسلط حاصل کرنے والا ہو تاکہ اس کے ذریعے اسے عزت دے سکے جسے اللہ نے ذلیل کیا ہے اور اسے ذلیل کرسکے جسے اللہ نے عزت دی ہے اور اللہ تعالیٰ کی حرام کردہ چیزوں کو حلال کرنے والا اور میری عترت یعنی اہل بیت کی حرمت کو حلال کرنے والا اور میری سنت کا تارک۔'' **(ترمذی' حاکم' حبان)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی کریم ﷺ نے فرمایا: تین چیزیں ایسی ہیں وہ جس میں پائی جائیں گی وہ نہ مجھ سے ہے اور نہ میں اس سے ہوں (اور وہ تین چیزیں یہ ہیں) علی رضی اللہ عنہٗ سے بغض رکھنا' میرے اہل بیت سے دشمنی رکھنا اور یہ کہنا کہ ایمان (فقط) کلام کا نام ہے۔ **(دیلمی)**

حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہٗ بیان کرتے ہیں کہ جب آیتِ مباہلہ نازل ہوئی:

''آپ (ﷺ) فرمادیں آؤ ہم بلائیں اپنے بیٹے اور تمہارے بیٹے'' تو حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علیؓ حضرت فاطمہؓ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ کو بلایا اور پھر فرمایا: یا اللہ! یہ میرے اہل (بیت) ہیں۔ **(مسلم' ترمذی)**

حضرت زید بن ارقم رضی اللہ عنہٗ سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علیؓ حضرت فاطمہؓ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ سے فرمایا: تم جس سے لڑو گے میں اُس کے ساتھ حالت جنگ میں ہوں اور جس سے تم صلح کرنے والے ہو میں بھی اس سے صلح کرنے والا ہوں۔ **(ترمذی' ابن ماجہ)**

حضرت مسور بن مخرمہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: فاطمہ (رضی اللہ عنہا) میرے جسم کا ٹکڑا ہے پس جس نے اسے ناراض کیا اُس نے مجھے ناراض کیا۔ **(بخاری)**

حضرت جابر بن عبداللہ رضی اللہ عنہما بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: بے شک میں نے اپنی بیٹی کا نام فاطمہ (رضی اللہ عنہا) رکھا ہے کیونکہ اللہ تعالیٰ نے اسے اور اس کے چاہنے والوں کو آگ سے چھڑا (اور بچا) لیا ہے۔'' **(دیلمی)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

بلی کا گوشت کھانا

(ج۔کرن' گوجرانوالہ)

خواب: میں استخارہ کر کے سوئی پہلی دو راتیں تو کچھ پتہ نہ چلا مگر تیسری رات کو میں نے دیکھا کہ میں کہیں پڑھتی ہوں اور رزلٹ کا انتظار ہے مگر مجھے ڈر نہیں لگ رہا جب ایک لڑکی مجھے گزٹ پکڑاتی ہے کہ اپنا رزلٹ دیکھو تو میں ڈرتے ہوئے اپنا رزلٹ تلاش کرتی ہوں مگر مجھے کہیں نہیں ملتا اور میں پریشان ہوجاتی ہوں' دوسری لڑکیوں کا اچھا رزلٹ آتا ہے' رات کو میں نے خواب میں دیکھا کہ میں بلی کا گوشت ابلے ہوئے چاولوں کے ساتھ کھا چکی ہوں' خواب میں' میں نے گوشت نہیں دیکھا مجھے خواب میں یہ معلوم نہیں تھا کہ بلی کا گوشت حرام ہے۔میری چھوٹی بہن بھی گوشت کھانا چاہتی ہے تو میں اسے دوسری بلی دے دیتی ہوں۔

تعبیر: آپ کے استخارے کا خلاصہ یہ ہے کہ جو کام آپ کرنا چاہ رہی ہیں وہ آپ کے حق میں زیادہ امید افزاءنہیں ہے اور نہ ہی رزق حلال میسر آئے گا بلکہ جو تھوڑی بہت حلال آمدنی ہوگی وہ بھی حرام مال اور حرام خوروں کے مال سے آلودہ ہوکر آئے گی البتہ یہ اشارہ ہے کہ اپنی ازدواجی زندگی کی بہتری کی کوشش کریں اور نیک رشتہ میسر آنے پر اپنی اسی زندگی کو خوشگوار بنائیں۔

انکار نہ کریں

(نوشابہ'ملتان)

خواب: دیکھا کہ ہمارا ہوم اکنامکس کا پیپر ہے لیکن میں بے حد پریشان ہوں کہ میں نے کتاب کھول کر ایک لفظ تک نہیں پڑھا' میں پیپر کس طرح دونگی ہم سب لڑکیاں اپنی جگہ پر پہنچ جاتی ہیں' ہماری ٹیچر ہمیں سوالوں والا پیپر دے کر آگے چلی جاتی ہیں میں پرچہ ہاتھ میں لے کر اسی پریشانی میں کھول کر دیکھتی بھی نہیں ہوں کہ مجھے تو کچھ بھی یاد نہیں میں کس طرح پیپر دوں۔اتنے میں میری دوست میرے پاس آکر کہتی ہے کہ تم میرے پاس آکر بیٹھ جاؤ میں تمہیں پیپر حل کروادونگی لیکن میں اس کے پاس نہیں جاتی میں اپنی جگہ سے اٹھ کر سامنے ایک ہسپتال نما کمرہ جہاں کچھ چارپائیاں پڑی ہیں۔ یہ سوچ کر کہ میں پیپر نہیں دونگی۔اچانک میری طبیعت بہت خراب ہوجاتی ہے میں اپنی جگہ سے اٹھ کر چارپائی پر آکر لیٹ جاتی ہوں لیٹنے کے ساتھ ہی میں دائیں طرف مڑ کر دیکھتی ہوں تو وہی لڑکا اور ان کا چھوٹا بھائی دونوں کھڑے میری طرف دیکھ کر مسکرا رہے ہیں ان کا چھوٹا بھائی ان کو بتاتا ہے یہ ہیں وہ باجی جن کے ساتھ آپ کے رشتے کی بات چل رہی تھی وہ لڑکا آگے ہوکر مجھے دیکھنے کی بہت کوشش کرتا ہے ان دونوں کو اپنی طرف مسکراتا ہوا دیکھ کر یہ سوچ کر وہاں سے اٹھ کر چلی جاتی ہوں کہ یہی وہ حاجی صاحب ہیں میں وہاں سے اٹھ کر ایک طرف جا کر نیچے بیٹھ جاتی ہوں کچھ ہی دیر بعد وہ دونوں بھائی مجھے قریب سے دیکھنے کی خواہش میں میرے بالکل قریب پہنچ جاتے ہیں۔میرا ہونے والا دیور کہہ رہا ہے کہ یہ ہیں بھابی...... وہ دونوں خوش ہوکر ہنستے ہیں وہ حاجی صاحب مجھے دیکھ کر بہت خوش ہوکر کہتے ہیں بہت اچھی ہے' یہ لڑکی مجھے ہر طرح سے پسند ہے۔میں اچانک بائیں سائیڈ پر گردن موڑ کر دیکھتی ہوں وہ دونوں کھڑے باتیں کرتے ہوئے مجھے دیکھ کر ہنستے ہیں' میں انہیں اپنی طرف دیکھتے ہوئے پاکر شرم سے سر سے دوپٹہ کھینچ کر اپنا منہ گھٹنوں میں چھپا لیتی ہوں وہ لڑکا بہت خوش ہوکر کہتا ہے کہ اب میں نے اچھی طرح دیکھ لیا ہے اتنے میں میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر: آپ کے اس خواب میں دونوں پہلو دکھائی دے رہے ہیں اگر یہ رشتہ کامیاب رہا تو دونوں کے حق میں انتہائی خوشگوار ثابت ہوگا اور دونوں کی زندگی انشاءاللہ جنت نظیر ہوگی لیکن خدانخواستہ برا پہلو غالب رہا تو پھر طلاق تک کی نوبت ہے البتہ پہلا پہلو غالب دکھائی دے رہا ہے اگر دل مطمئن ہو اور معلومات صحیح فراہم ہوجائیں تو انکار نہ کریں بصورت دیگر صاف جواب دیدیں بہرکیف سورۂ لقمان آیت نمبر 16 عشاء کے بعد 313 دفعہ پڑھ کر دعا کیا کریں۔

جائز دلی مراد پوری ہوگی

(سمیرا......نیو کراچی)

خواب: میں اپنی نانی سے جو کہ ایک ہسپتال میں داخل ہیں' ملنے جاتی ہوں ہسپتال کا نقشہ ہی بدلا ہوا ہے جب میں جانے لگتی ہوں تو وہ مجھے رکنے کیلئے کہتی ہیں لیکن میں انہیں کہتی ہوں کہ میں کل آپ کے پاس آکر رہوں گی مجھے میرے ابو ہسپتال میں لینے آئے ہوئے ہوتے ہیں میں دیکھتی ہوں کہ ہسپتال کے ساتھ گلی میں کسی کا مزار ہے وہاں پر کالے رنگ کی ایک بہت بڑی چادر لگی ہوئی ہے میری دادی بھی فیض حاصل کرنے والوں میں بیٹھی ہوئی ہوتی ہیں۔میرے ابو کہتے ہیں کہ تم بھی دادی کے ساتھ بیٹھ جاؤ میں بیٹھ جاتی ہوں' عورتیں باری باری اندر جارہی ہیں جب ہماری باری آتی ہے تو میں اپنی دادی کے ساتھ اندر جاتی ہوں تو دروازے پر ایک شخص سب کو سفید رنگ کی مٹھائی دے رہا ہوتا ہے وہ مجھے اور دادی کو دو دو مٹھائی دیتا ہے کچھ آگے چل کر ایک بہت ہی پرانا کمرہ ہوتا ہے اس کے اندر کچھ سامان بھی پڑا ہوتا ہے اس کی دیوار پر ہاتھ رکھ کر میری دادی کچھ دعا مانگتی ہیں میں بھی دیوار پر ہاتھ رکھ کر کہتی ہوں کہ اے اللہ! میں (الف) کو بہت پسند کرتی ہوں' اس کو اور مجھ کو ہمیشہ کیلئے ملا دے پھر میں اور دادی جی ایک ایک مٹھائی وہاں پر رکھ کر آگے بڑھ جاتے ہیں وہاں پر کوئی بزرگ اپنا منہ کسی کپڑے سے ڈھانپ کر بیٹھے ہوئے ہوتے ہیں میری دادی ان سے کسی دعا کیلئے کہتی ہیں' میں جب ان سے دعا مانگنے لگتی ہوں تو ان کی نظر میرے جوتوں پر پڑتی ہے وہ کہتے ہیں کہ تم جوتیاں کیوں نہیں اتار کر آئی پھر میری کوئی جوتی اٹھا کر باہر رکھ دیتا ہے پھر میں دعا مانگتی ہوں کہ اے اللہ میں جو زندگی میں پانا چاہتی ہوں وہ مجھے مل جائے اور جو میرے دل میں ہے وہ مجھے مل جائے' یہ مانگتے ہوئے میرے آنسو نکل رہے ہوتے ہیں۔

تعبیر: آپ کی جائز دلی مرادیں انشاءاللہ پوری ہونگی اور بآسانی آپ کے کام پایہ تکمیل کو پہنچ جائینگے آپ صدقہ کا اہتمام کریں اور اس کا ثواب سلسلہ چشتیہ کے مشائخ کو پہنچا دیا کریں۔

بے اولاد حضرات کیلئے ایک نایاب تحفہ

مجھے کراچی جانا ہوا وہاں ایک بندہ سے ملنا ہوا جو ایئر فورس سے ریٹائرڈ ہوا ہے اس کی بیوی کے ہاں پچھلے 15 سال سے اولاد نہیں تھی' اس بندے نے ایک نسخہ بتایا جو انہوں نے آزمایا آج کل اس کی بیوی امید سے ہیں۔اس نے بتایا کہ عورت کا جس دن حیض ختم ہو اور وہ غسل کرے تو کھجور ایک دانہ مناسب وزن کا پیس کر پڑیا بنا کر ساتھ غسل خانہ میں لے جائے جیسے ہی غسل کرے کپڑے پہننے سے پہلے پانی کے ساتھ وہ کھجور کھالے پھر کپڑے پہن کر باہر آجائے اور اسی رات میاں بیوی' ہمبستری لازمی کریں۔دوسرا عمل میاں بیوی نماز کی پابندی لازمی کریں اور دونوں ہر فرض نماز میں درود پاک کے بعد جو دعا مانگی' پڑھی جاتی ہے وہاں حضرت زکریا علیہ السلام کی دعا پڑھنی ہے پھر سلام پھیرنا ہے۔**(محمد ریاض)**

یہ عمل ہر ماہ کریں' مستقل مراد تک

عزیز الرحمٰن عزیز، پشاور

2 نفل پڑھنے سے سگریٹ کے جن نے مجھے چھوڑ دیا

پہلے سے زیادہ مسلسل پیتا رہا، فجر سے کچھ پہلے کھانسی کا دورہ پڑ جاتا تھا جب تک اٹھ نہ بیٹھوں آرام نہیں آتا تھا۔ اسی طرح بڑی مشکل سے دن گزرتے رہے میں ایک یا دو سگریٹ منگواتا مگر تعداد وہی ایک دن میں 80 سگریٹ تک پہنچ جاتی تھی جو کہ باعث تشویش تھی

میں نے سگریٹ اس وقت سے پینا شروع کی جبکہ میں آٹھویں کلاس کا طالب علم تھا۔ صبح سکول جاتے وقت پیتا اور واپسی پر بھی پیتا تھا اس وقت میری عمر 13 سال تھی، اور درمیانی عرصہ میں میں نے تین چار مرتبہ سگریٹ چھوڑنے کی مکمل کوشش کی مگر حقیقتاً ناکام ہی رہا اور ایک دفعہ تقریباً ایک سال تک سگریٹ نہ پی مگر کراچی جاتے ہوئے ملتان سٹیشن پر پتہ نہیں مجھے کیا ہوا کہ ایک سال بعد میرے اندر سگریٹ کی خواہش اس شدت سے ابھری کہ میں نے دوبارہ سگریٹ سلگالیا اور ایسے معلوم ہوا جیسے میں نے چھوڑا ہی نہیں تھا میں کم از کم تین یا چار ڈبیاں سگریٹ پھونک جاتا تھا۔ سوائے مسجد اور نماز کے سگریٹ کے بغیر میں رہ ہی نہیں سکتا تھا۔ ہاں رمضان المبارک میں مجھے سگریٹ بالکل بھی پریشان نہیں کرتی تھی۔ مگر جب افطار کرلیتا تو طلب شروع ہوجاتی تھی جسے قابو کرنا مشکل ہوجاتا تھا۔ ایک اور بات کہ میں نے خالی پیٹ کبھی سگریٹ کو ہاتھ تک نہیں لگایا۔ سگریٹ ترک کرنے سے تقریباً 10 سال پہلے میرے ایک دوست کے والد صاحب نے جو کہ خود سگریٹ پیتے تھے مجھے بلایا بڑے ضعیف بزرگ تھے کہا کہ میں تمہیں یہ نہیں کہتا کہ سگریٹ چھوڑ دو مگر اتنا ضرور کہونگا کہ چلتے وقت سگریٹ نہ پیا کرو۔ چونکہ وہ بزرگ تھے میں ان کی بات کو رد نہ کرسکا جی ٹھیک ہے، آئندہ ایسا نہیں ہوگا تو انہوں نے بڑی عجیب بات بتائی کہ چلتے ہوئے سگریٹ پینے کا ایک سگریٹ کا نقصان دس سگریٹ کے برابر ہے۔ لہٰذا چلتے چلتے سگریٹ سے پرہیز کرو۔ اتفاق سے اسی دن ٹی وی پر ایک پروگرام دل کے بارے میں تھا کہ بیٹھے ہوئے لیٹے ہوئے اور تیز قدم چلتے اور دوڑنے کے دوران دل کی حالت اس نے بتائی اور باقاعدہ کیمرے نے دل کو دھڑکتے ہوئے دکھایا۔ اب مجھے اس بڑے میاں کی بات کی سمجھ آگئی اور میں نے چل کر سگریٹ پینا چھوڑ دیا۔

ایک دن میں سگریٹ پیتے ہوئے جارہا تھا (اس بزرگ کی نصیحت سے پہلے) کہ امام مسجد میری طرف دیکھ کر انتہائی حقارت سے (میں نے ان کا چہرہ پڑھ لیا تھا) انہوں نے دل میں کہا ہوگا کہ بدبخت اپنا چہرہ، اپنی ڈاڑھی اپنا وجود دیکھو اور تو یہ خبیث عمل کیا کررہا ہے؟ مجھے واقعی وقتی طور پر بڑی شرمندگی محسوس ہوئی اور میں نے جیب میں پڑی سگریٹ کی ڈبی پھینک دی، ایک یا دو دن سگریٹ کو ہاتھ نہ لگایا اور پھر سگریٹ شروع ہوگیا اور پہلے سے زیادہ مسلسل پیتا رہا، فجر سے کچھ پہلے کھانسی کا دورہ پڑ جاتا تھا جب تک اٹھ نہ بیٹھوں آرام نہیں آتا تھا۔ اسی طرح بڑی مشکل سے دن گزرتے رہے میں ایک یا دو سگریٹ منگواتا مگر تعداد وہی ایک دن میں 80 سگریٹ تک پہنچ جاتی تھی جو کہ باعث تشویش تھی۔

میں ہر روز نماز فجر کے بعد دکان کھول لیتا تھا۔ ایک دن ایک صاحب، شکل وصورت اچھی تھی کچھ خریداری کیلئے سودا خرید کر پیسے دیئے میں نے شاپر میں سامان ڈال دیا اور وہ صاحب میں نہیں جانتا کہ وہ کون تھے مگر خوش اخلاق اور بڑے پیار سے بات کرتے تھے۔ مجھے یہ صاحب بہت اچھے لگے اب وہ رکشہ کے انتظار میں تھے اور میں نے باہر آکر اس نیت سے کہ ان کیلئے رکشہ روکوں اور ساتھ ہی میں نے جیب سے سگریٹ کی ڈبی نکالی اور میں نے اسے بھی دعوت دی مگر انہوں نے انکار کیا ساتھ ہی مجھے ڈانٹنے کے انداز میں کہا کہ یہ تو آپ کیساتھ اچھا نہیں لگتا۔ چھوڑ دو، چھوڑ دو۔ میں نے کہا حضرت میں اسے نہیں چھوڑ سکتا تو انہوں نے بھی آخر حملہ کیا جو کہ اللہ نے ان کی زبان میں تاثیر رکھی تھی وہ کارگر ہوگئی۔ کہنے لگے اچھا ایک اور کام کرتے ہیں تم تہجد پڑھتے ہو میں نے کہا نہیں کبھی کبھار پڑھ لیتا ہوں تو انہوں نے کہا کہ جب بھی تہجد کیلئے اٹھ جاؤ تو صرف 2 نفل اس منحوس سگریٹ سے چھٹکارے کیلئے پڑھنا میں نے ہاں کردی۔ اب اتفاق سے اسی رات کو جب میں سویا اور جب اچانک میری آنکھ کھلی تو تہجد کا وقت تھا اور مجھے ان صاحب کی بات بھی یاد آگئی۔ میں اٹھا، وضو کرکے 2 نفل سگریٹ سے چھٹکارے کیلئے پڑھے، آپ حیران ہوجائینگے کہ صبح جب میں اٹھا تو سگریٹ کی طلب بالکل نہ تھی، اسی طرح دن گزرتے گئے اور میں اتنا خوش کہ بیان سے باہر ہے اور پھر میں نے دو نفل روزانہ ان صاحب کیلئے پڑھنا شروع کردیئے اور اب تو میں صرف دو نفل ان صاحب سمیت سب مسلمانوں کیلئے پڑھتا ہوں۔ وہ دن آج تک کوئی تہجد قضا نہیں ہوئی اور نہ ہی سگریٹ کی طلب ہوئی۔

ڈاکٹر محمد شعیب ملک

حکمت کا خزانہ کیسے ملا؟

یہی ماہنامہ تو میں نے پڑھا تھا اور وظیفہ کیا تھا اللہ تعالیٰ نے میرا وظیفہ قبول کرلیا اور ان ماہناموں میں تو حکمت کا خزانہ ہے

میرا تعارف ماہنامہ عبقری سے کس طرح ہوا آپ کو بتانا چاہتا ہوں۔ میرا بھائی لاہور سے آیا اور اس کی کتابوں کے ساتھ ماہنامہ عبقری بھی پڑا ہوا تھا تو میں نے ویسے ہی پڑھنا شروع کردیا اور پڑھتے پڑھتے ایک وظیفہ پر نظر ٹھہر گئی۔ وظیفہ یہ تھا کہ یہ وظیفہ کرنے سے اللہ تعالیٰ حکمت کے دروازے کھول دیتا ہے۔ محترم حکیم صاحب اگرچہ میں ہومیو پیتھک ڈاکٹر ہوں لیکن حکمت کا بہت زیادہ شوق ہے۔ وظیفہ ایک خاص ترکیب سے پڑھنا تھا اور ماہ شوال میں پڑھنا تھا۔ (یہ وظیفہ عبقری اکتوبر 2008ء صفحہ 7 پر موجود ہے۔) وہ وظیفہ میں نے کیا۔ حکیم صاحب اس وظیفے کی برکت سے اللہ نے مجھ پر حکمت کے دروازے کھول دیئے۔ کچھ عرصہ بعد ایک دوست کے پاس گیا ان دنوں میرا ایک روحانی مسئلہ تھا دوست سے مشورہ کیا اور کہا کہ آج کل میرا ایک روحانی مسئلہ ہے اور اس مسئلہ کیلئے میری نظر میں کوئی اچھا عامل نہیں ہے۔ دوست نے کہا اس کیلئے تمہیں لاہور جانا پڑے گا، میں نے کہا اگر عامل ہیں تو ضرور جاؤں گا تو انہوں نے کہا کہ ان کا نام حکیم طارق محمود صاحب ہے۔ میں نے کہا نام سنا ہوا ہے انہوں نے کہا مشہور آدمی ہیں سنا ہوگا۔

دوست کے پاس سے آگیا لیکن ذہن میں تھا کہ حکیم صاحب کا نام کہاں پڑھا ہے یا سنا ہے اور جو کتابیں میرے پاس تھی ان کے مصنف دیکھنے لگا۔ اچانک ''کلونجی کے کرشمے'' کتاب پر نظر پڑی تو مصنف کا نام حکیم محمد طارق محمود چغتائی تھا۔ دوسرے دن انہی دوست سے دوبارہ ملاقات ہوئی تو بتایا کہ حکیم صاحب کا نام ان کی ایک کتاب سے میں نے پڑھا تھا تو انہوں نے بتایا کہ حکیم صاحب بہت سی کتابوں کے مصنف ہیں اور ان کا ایک ماہنامہ عبقری کے نام سے آتا ہے جو کہ بہت مشہور ہے۔ انہوں نے مجھے ماہنامہ عبقری کی بارہ رسالوں کی ایک جلد مجھے دیدی اور کہا کہ انہیں پڑھیں۔ میں کلینک میں آگیا اور کلینک میں سرسری نظر ان ماہناموں پر ڈالنے لگا۔ ذہن میں آیا کہ یہی ماہنامہ تو میں نے پڑھا تھا اور وظیفہ کیا تھا اللہ تعالیٰ نے میرا وظیفہ قبول کرلیا اور ان ماہناموں میں تو حکمت کا خزانہ ہے۔ یعنی وظیفہ بھی عبقری سے کیا، دعا قبول ہوئی اور حکمت کا خزانہ بھی عبقری کی شکل میں ملا۔ اس کے بعد عبقری پابندی سے پڑھتا ہوں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

کاش سبق یاد کرلیتی ؟؟؟

(عائشہ رمضان' اسلام آباد)

میں 17 سال کی سال اول کی ایک طالب علم ہوں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں جب بھی سبق یاد کرتی ہوں تو میرا دھیان کہیں اور چلا جاتا ہے اور سبق یاد نہیں کرپاتی۔ مجھے یہ بھی علم ہے کہ میرا وقت بہت قیمتی ہے اور مجھے پڑھنے کا بھی بہت زیادہ شوق ہے مگر اس معاملے میں مجھے خود پر کنٹرول نہیں ہے۔ میرے پاس بہت وقت ہوتا ہے جو میں عموماً گھر میں فارغ لیٹ کر ہی گزار دیتی ہوں اور بور بھی بہت ہوتی ہوں بعد میں خیال آتا ہے کہ مجھے سبق ہی یاد کرلینا چاہیے تھا۔ پھر خیال آتا ہے کہ چلو یہ کام کرلوں اس کے بعد پڑھ لوں گی لیکن جب وہ کام کرلیتی ہوں تو پھر کوئی اور کام یاد آجاتا ہے۔ سب لوگ مجھے کہتے ہیں کہ اپنی پڑھائی پر توجہ دو' میرے والدین کو مجھ سے بہت سی امیدیں وابستہ ہیں۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ اگر میں کسی جگہ جاؤں وہاں پر اگر کوئی مجھے شرمندہ کرنے کیلئے کوئی بات کہتا ہے کہ تو میرے پاس اس کا جواب نہیں ہوتا کہ میں بھی اس کو کوئی بات کہہ کر شرمندہ کرسکوں مگر وہاں سے واپس آجانے کے بعد مجھے اس بات کا جواب ذہن میں آتا ہے مگر تب تک تو وقت گزر چکا ہوتا ہے۔ مہربانی فرما کر مجھے کوئی حل بتائیں کہ میں پوری توجہ سے سبق یاد کرسکوں اور موقع محل کی مناسبت سے لوگوں کو جواب دے سکوں۔

مشورہ: آپ کے خط سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ نے ابھی تک اپنی زندگی کا کوئی مقصد نہیں بنایا۔ سب سے پہلے آپ یہ طے کریں کہ آپ نے اپنی زندگی میں حاصل کیا کیا کرنا ہے کسی نوٹ بک میں ان سب چیزوں کو لکھ لیں پھر ان کی ترجیحات لگائیں۔ سب سے زیادہ ضروری چیز کیا ہے سب سے پہلے کون سی چیز چاہیے۔ اس حوالے سے الگ الگ فہرستیں مرتب کریں۔ ان فہرستوں میں یقیناً آپ کے ان دو مسائل کے علاوہ بھی کئی مسائل ہوں گے۔ شروع میں آپ وہ فہرست اٹھائیں جس میں آسانی سے حاصل ہونے والی چیزیں لکھی ہیں سب سے اوپر لکھی ہوئی چیز کو سب سے پہلے حاصل کرلیں اگر اس کے حصول میں کوئی مشکل درپیش آتی ہے تو اس مشکل کو دور کریں اس کیلئے کسی سے مشورہ کریں یا کسی ماہر کی مدد حاصل کریں۔ جب آپ آسان کاموں کی فہرست کو پورا کرلیں یا کم بیش پورا کرلیں تو پھر وہ فہرست دیکھیں جو سب سے زیادہ ضروری چیزوں کے حوالے سے بنائی تھی عین ممکن ہے کہ اس فہرست میں سے بہت سے کام پہلے ہی ہوچکے ہوں اگر نہیں ہوئے تو ان کو بھی اسی اصول کے مطابق انجام دینا شروع کردیں۔ آپ صبح کو گھر میں ہلکی پھلکی ورزش کریں اس سے جہاں جسمانی صحت بنتی ہے وہاں ذہنی صحت بھی اچھی ہوجاتی ہے اور ذہنی ارتکاز بھی حاصل ہوجاتا ہے پھر جب آپ پڑھنے کیلئے بیٹھیں گی تو ادھر ادھر کے خیالات نہیں آئیں گے اور اگر آئیں گے تو آپ کے پاس ترجیحات ہوں گی جو آپ کو بھٹکنے نہیں دیں گی۔

بدنصیب

(ث۔ج۔بہاولپور)

ایک نکھٹو' شکی مزاج اور کانوں کے کچے مرد سے میری شادی ہوئی' تربیت یہی تھی کہ شوہر کا ہر حکم ماننا ہے اور اس کی اجازت کے بغیر گھر سے باہر بھی نہیں جانا۔ آپ یقین کریں چھ سال تک میں کسی شادی بیاہ کی تقریب' حد یہ کہ ختم قرآن میں بھی نہیں گئی۔ اس کے باوجود روزانہ مارپیٹ اور گالی گلوچ معمول بن گیا۔ بچے ہوئے تب بھی حالات نہ سدھرے۔ کاش میرا شوہر اچھا ہوتا تو میں تمام زندگی اس کے در پر گزار دیتی مگر اس نے بچوں کا بھی خیال نہ کیا۔ پہلے مارپیٹ کی پھر طلاق دے کر گھر سے نکال دیا۔

میں اتنے بڑے صدمے سے دوچار ہوکر بھائی کے در پر آئی جو معمولی کلرک ہے۔ بچے پڑھائی سے نالاں ہیں۔ میں پڑھاؤں تو پڑھتے نہیں' آپ یقین کیجئے میرے ذہن میں ہر لمحہ سوتے جاگتے اس شخص کی شکل گھومتی رہتی ہے' اب میں اپنے آپ سے باتیں کرتی رہتی ہوں۔ لگتا ہے نفسیاتی مریضہ بننے کی تیاری ہے۔ کوئی گھڑی ایسی نہیں جب میں اپنے سابقہ شوہر کو نہ کوسوں۔ ایسی حالت میں کوئی نوکری بھی نہیں دیتا۔ ہمارے معاشرے میں طلاق کا لفظ کلنک کا ٹیکہ بن چکا ہے۔ بچوں کی وجہ سے دوسری شادی بھی نہیں کرسکتی۔ کوئی دس روپے بھی ادھار دینے والا نہیں۔ مایوس ہوکر خط لکھ رہی ہوں' مجھے مشورہ دیجئے' کیا کروں' کہاں جاؤں؟

مشورہ: بی بی آپ کا خط ملا اس دنیا میں ہر ایک کے ساتھ کوئی نہ کوئی دکھ ضرور لگا ہوتا ہے۔ بدنصیب آپ نہیں بلکہ وہ مرد ہے جس نے آپ کو گھر سے نکال دیا اور آپ کی قدر نہیں کی۔ عورت کو اللہ تعالیٰ نے بڑا حوصلہ اور صبر دیا ہے۔ کہتے ہیں پنہاری (پانی بھرنے والی) بھی بچے پال سکتی ہے مگر مرد جتنا بھی امیر ہو وہ بچوں پر ماں جیسی توجہ نہیں دے سکتا۔ آپ پر غموں کا پہاڑ ٹوٹ پڑا ہے واقعی اپنا گھر نہ ہو تو سب کچھ ختم ہوجاتا ہے۔

میرا مشورہ یہی ہے کہ سب کچھ بھلا کر اپنے رب کے آگے سربسجود ہوجایئے۔ نماز پابندی سے پڑھئے۔ درود شریف پڑھ کر دعا مانگیے بچوں کو بھی نماز کی تاکید کیجئے۔ آپ یقین کریں' دو چار روز ہی میں آپ کے معاملات سنور جائیں گے۔ دل کا سارا بوجھ ہلکا ہوگا اور خود کلامی کی عادت ختم ہوجائے گی۔ شروع شروع میں آپ کا دل نماز کی طرف نہیں لگے گا مگر آہستہ آہستہ آپ دیکھیں گی اللہ سے آپ کا تعلق گہرا ہورہا ہے آپ اس سے دل کی باتیں کیجئے۔ وہ تو شہ رگ سے قریب ہے' دل کی بات جانتا ہے۔ دراصل ساری بات ہے یقین کی! اس کے قریب ہوکر آپ سب کچھ بھول جائیں گی۔ اپنے آپ کو سنبھالیے اور اللہ سے مدد مانگیے وہ آپ کو حوصلہ اور ہمت دے۔ بچوں کیلئے دعا کیجئے۔ جو بھی کام آپ آسانی سے کرسکتی ہیں کیجئے۔ اس طرح بھائی پر آپ کا بوجھ نہیں پڑے گا۔ بچوں میں بھی اعتماد پیدا ہوگا کہ آپ ان کی پرورش خود کررہی ہیں۔ آپ اکیلی نہیں اب آپ نے بچوں کو سنبھالنا اور انہیں تعلیم دلوانی ہے۔ یقین کیجئے! آپ خود یہ سارے کام کرسکتی ہیں۔

2 انمول خزانے کی برکت

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! گزشتہ دنوں میری سونے کی ایک بالی گم ہوگئی اور میں بہت پریشان ہوئی اب پتہ نہیں کہاں گری تھی' میں نے بہت تلاش کیا' پھر میں نے دو انمول خزانہ کثرت سے پڑھنا شروع کردیا۔ اب کچھ دیر ہی پڑھا تھا کہ میری بالی مجھے سیڑھیوں سے مل گئی۔ دو انمول خزانے کی برکت سے اللہ تعالیٰ نے مجھے میری بالی لوٹا دی۔ آپ یقین کریں حکیم صاحب میں جب بھی کوئی کام کرنے لگتی ہوں تو 21 دفعہ دو انمول خزانہ پڑھ کر دعا کرتی ہوں کہ یا اللہ میرا یہ کام ہوجائے یا میری فلاں چیز مل جائے تو فوراً کام ہوجاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ کا بڑا کرم ہے۔ **(عائشہ سلطانہ' لاہور)**

چقندر سے لا علاج امراض کے خاتمہ

محمد نواز خان، پشاور

پتوں سمیت ان کا ایک کلو پانی نکالیے اسی طرح ارنڈ کے پتوں کا پانی آدھ کلو نکال لیجئے اب تلوں کا تیل ڈیڑھ کلو لیجئے اور اس میں یہ پانی ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں جب پانی خشک ہوجائے تو اتار کر کپڑوں سے چھان کر رکھئے جوڑوں پر مالش کرنے سے ورم آہستہ آہستہ تحلیل ہوجاتا ہے

چقندر قبض کشا سبزی ہے۔ ورم دور کرتی اور گیس تحلیل کرتی ہے۔جسم کو غذائیت بخشتی ہے۔ عام طور پر خواتین چقندر کو ابال کر اس کا پانی پھینک دیتی ہیں تاکہ اس کا کھاراپن دور ہوجائے اس طرح سالن تو مزے کا بنتا ہے مگر غذائیت کم ہوجاتی ہے۔

حضرت سہل بن سعد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ مسجد نبوی ﷺ کے دروازے پر ہر جمعہ ایک بوڑھی خاتون چقندر اور جو کی دیگ تیار کرکے لاتی تھیں۔اس کو خوب گھوٹ کر ہریسے کی مانند کرلیتیں۔ جمعہ کی نماز پڑھ کر لوگ ان کے پاس جاتے، سلام کرتے اور خوشی خوشی چقندر اور جو کا پکوان کھاتے تھے۔**(بخاری، مسلم)**

بواسیر، جوڑوں کے درد، سر درد اور پرانی قبض کیلئے بھی چقندر بہت مفید ہے۔ ایک درمیانہ چقندر پتوں سمیت کاٹ کر ڈیڑھ دو کپ پانی میں ابال اور چھان کر ایک پیالی نہار منہ پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔صرف چقندر کاٹ کر ابال کر اس کا پانی پیالی بھر پینا بھی مفید ہے۔ اس سے پرانی قبض دور ہوجاتی ہے اور بواسیر کی شدت میں کمی آجاتی ہے۔

بال خورہ کیلئے

چقندر کے پتے، ڈنٹھل اور ایک چقندر کاٹ کر پانی میں خوب جوش دیجئے اور اس سے بال دھوئیے جوئیں آئندہ نہیں ہوں گی ایک ماہ مسلسل بالوں میں یہی عمل دہرائیے۔

خشکی کیلئے

ایک چقندر پتوں سمیت پانی میں ابال کر سر پر خوب ملیے آدھے گھنٹے بعد سر دھولیجئے ہفتہ میں دوبار یہ عمل کریں اس سے خشکی دور ہوجائے گی۔

چقندر کا تیل

دو بڑے چقندر لے کر انہیں کاٹ لیجئے گول قتلے کرکے ایک کلو سرسوں کے تیل میں خوب جلائیں جب قتلے سیاہ ہوجائیں تو اتار کر ٹھنڈا کرکے چھان لیجئے۔ یہ تیل سر میں روزانہ لگائیں اس سے بال مضبوط اور گھنے ہوں گے۔

سر درد کیلئے

چقندر کا عرق نکال کر ناک میں ٹپکانے سے سر کا درد اور بعض دفعہ دانت کا درد بھی ٹھیک ہوجاتا ہے۔اس کے علاوہ دماغ بھاری رہتا اور کنپٹی میں جکڑن ہو، سر میں درد ہو تو ایک درمیانی چقندر لیجئے اور ہلکا سا چھیل کر قتلے کرکے اور نرم نرم پتے کاٹ کر ایک گلاس پانی میں ابالیے۔تین چار جوش آنے پر اتار لیجئے۔حسب ذائقہ چینی نمک ملا کر قتلے کھائیے اور پانی پی لیجئے چند روز میں فائدہ ہوگا۔

سیاہ دانوں اور چھائیوں کیلئے

چقندر کو پانی میں ابال کر اس پانی سے منہ دھوئیے یا منہ پر روئی سے یہ پانی لگا کر پانچ منٹ بعد دھونے سے فائدہ ہوتا ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے داغ دور ہوجاتے ہیں۔

گھٹیا کے ورم کیلئے

جوڑوں میں درد ہو یا وہ سوج گئے ہوں تو ایک کلو چقندر کے قتلے کرکے پانچ کلو پانی میں ابالیے۔خوب ابل جائیں تو اس پانی سے متاثر حصہ بار بار دھونے سے درد اور ورم دور ہوجاتا ہے۔

جوڑوں کے درد کیلئے تیل

چقندر لے کر دھولیجئے۔ پتوں سمیت ان کا ایک کلو پانی نکالیے اسی طرح ارنڈ کے پتوں کا پانی آدھ کلو نکال لیجئے اب تلوں کا تیل ڈیڑھ کلو لیجئے اور اس میں یہ پانی ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں جب پانی خشک ہوجائے تو اتار کر کپڑوں سے چھان کر رکھئے جوڑوں پر مالش کرنے سے ورم آہستہ آہستہ تحلیل ہوجاتا ہے اور درد کو آرام آتا ہے۔

پسلی کے درد میں بھی اس تیل کی مالش آرام دیتی ہے۔ کان میں دانہ پھنسی ہو، درد رہتا ہے تو اس تیل کے دو چار قطرے کان میں ڈالنے سے آرام آجاتا ہے دن میں تین بار ڈالیے۔

توانائی بخش سالن

آدھا کلو گوشت میں ایک کلو چقندر کاٹ کر نرم پتوں سمیت پکائیے۔ گوشت بھون کر چقندر ڈال دیجئے۔ پک جانے پر ہرا دھنیا، گرم مصالحہ ڈال دیجئے، توانائی بخش سالن تیار ہے۔

پاؤں میں درد کیلئے

پاؤں میں درد کیلئے پاؤں کے انگوٹھے پر مساج کرلیا کریں روزانہ۔درد بالکل غائب ہوجائیگا۔ **(عظمیٰ عبدالستار، سکھر)**

بیوی! آپ سے کیا چاہتی ہے؟

شوہروں کو چاہیے کہ گھر سے دفتر اور دفتر سے گھر آتے وقت چند جملے دل لگی اور چاہت کے انداز میں ضرور کریں

پرکشش رہنے کی خواہش: ایک بیوی کیلئے یہ بات بہت اہم ہوتی ہے کہ اس کے شوہر کی نظر میں وہ خوبصورت اور پرکشش ہو۔خواہ کتنی ہی موٹی، بھدی اور سانولی کیوں نہ ہو۔آپ نے بھی غور کیا ہوگا کہ بیویاں آئے دن اپنے شوہروں سے سوال کرتی ہیں ''میں کیسی لگ رہی ہوں'' اس سوال کے پیچھے اصل میں ان کی یہ نفسیات کام کررہی ہوتی ہے کہ ان کے شوہر اب بھی ان میں دلچسپی رکھتے ہیں یا نہیں۔اس قسم کے سوالوں کے مثبت اور پرمحبت جواب دیجئے۔اور اسے اپنی محبت کا یقین دلاتے رہیں تو وہ آپ کیلئے ہر قسم کی قربانی دینے کیلئے پہلے سے زیادہ مستعد رہے گی۔

جسمانی سے زیادہ جذباتی لگاؤ: مردوں اور عورتوں میں ایک بڑا نازک اور اہم فرق یہ ہوتا ہے کہ مرد اپنی بیوی سے ازدواجی لگاؤ کا زیادہ خواہشمند ہوتا ہے جبکہ عورت کو اپنے مرد سے جذباتی اور قلبی لگاؤ کی ضرورت ہوتی ہے۔یہ نازک فرق میاں بیوی کے درمیان ناچاقی کا باعث بھی بن جاتا ہے جو مرد اپنی بیویوں سے کم کم بولتے ہیں، ان کی باتوں پر توجہ نہیں دیتے، انہیں اس بات پر خاص توجہ دینی چاہے کہ ان کی بیویاں ان کی آواز سننے کیلئے بے تاب رہتی ہیں۔حتیٰ کہ اگر دفتر سے ان کے شوہر کا فون آجائے اور انہیں ایک جملہ ہی سننے کو مل جائے تو گھنٹوں شوہر کی آواز ان کے کانوں میں رس گھولتی رہتی ہے۔شوہروں کو چاہیے کہ گھر سے دفتر اور دفتر سے گھر آتے وقت چند جملے دل لگی اور چاہت کے انداز میں ضرور کریں تاکہ وہ آپ کی عدم موجودگی میں آپ کی باتوں کو سوچ کر خوش وخرم رہے۔

گھریلو اشیاء کے تحفے: تحفہ یقیناً محبت بڑھاتا ہے اور الفت پیدا کرتا ہے اور میاں بیوی کے درمیان تعلق میں تو اس کی اہمیت اور بڑھ جاتی ہے۔لیکن تحفے کا انتخاب اصل چیز ہے۔ مرد اپنی بیویوں کو کوئی گھریلو شے تحفے میں دے تو اس سے بیوی کو خاص دلچسپی نہیں ہوتی۔ بیوی اپنے شوہر سے ایسا تحفہ چاہتی ہے جس سے یہ اظہار ہو کہ شوہر نے بیوی کی خواہش کا احترام کیا ہے۔یقیناً ایسا تحفہ پاکر آپ کی بیوی جھوم اٹھے گی۔

اپنی گھریلو اور ازدواجی زندگی کو پرسکون اور خوشگوار بنانے کے لاجواب گر اور ٹوٹکے ''شادی شدہ زندگی ہنسی خوشی گزارنے کے راز'' کتاب میں پڑھیں!

میرے آزمودہ تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی ‘جسمانی نسخہ‘ٹوٹکہ آزمایا ہواور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہوتو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

اڑیل گھوڑا۔ایک ٹوٹکہ

(منظور احمد‘ احمد پور شرقیہ)

گھوڑے کا مزاج اور بندے کا مزاج ملتا ہے۔گھوڑا انتہائی نفیس مزاج جانور ہے اور عام طور پر وہی چیز پسند کرتا ہے جو انسان پسند کرتا ہے مثلاً بادام‘ مربہ جات‘ گھوڑا بغض‘ کینہ یا ویر نہیں رکھتا اور کئی گھوڑے تو کاٹتے بھی ہیں اور یہ اصول ہے گھوڑا وہی کاٹتا ہے جو کوئی کام نہیں کرتا یا گھوڑا جس آدمی سے خار کھاتا ہے۔اس کو کاٹنے کیلئے اس کے پیچھے دوڑ پڑتا ہے۔ایک گھوڑا سخت مزاج تھا۔ جو میرے بیٹے کو کاٹنے کیلئے دوڑتا تھا لیکن مجھے کچھ نہیں کہتا تھا۔ جو گھوڑا کاٹتا ہو اس کا ٹوٹکہ یہ ہے کہ ایک بینگن ہر وقت گرم گرم تیار رکھیں جب کاٹنے کیلئے منہ کھولے تو وہ گرم بینگن اس کے منہ میں دے دیں آئندہ نہیں کاٹے گا۔

دوسرا ٹوٹکہ یہ ہے کہ ایک عدد روٹی لے لیں‘ وہی روٹی ساری رات بغل میں رکھ کر سوجائیں‘ روٹی بغل میں رہے اور صبح وہ روٹی اس کاٹنے والے یا اڑیل گھوڑے کو کھلادیں۔ نہ ہی کاٹے گا اور نہ ہی اڑیل بنے گا۔کیونکہ وہ انسان کی مخصوص بو سونگھ لیتا ہے اور روٹی کھانے کے بعد انسان کا دوست بن جاتا ہے جب تک اسے روٹی کھلاتے رہیں گے آپ کا دوست رہے گا۔اگر وہ گھوڑا بہت ہی اڑیل ہوتو اس گھوڑے کو قبرستان میں تین دن باندھ دیں اڑی نہیں کریگا یا پھر گھوڑے کو تانگہ میں جوت کر تین دن اور تین راتیں مسلسل کھڑا رکھیں بالکل اڑی نہیں کرے گا۔

والد صاحب کے پاس لوگ اڑیل گھوڑے لیکر آتے تھے وہ ان کے پاس جاکر کان میں کچھ پڑھ کر پھونک مارتے تھے اور گھوڑا اڑی کرنا چھوڑ دیتا تھا۔ میں نے ایک دن ڈرتے ڈرتے والد صاحب سے پوچھا کہ آپ کان میں کیا پڑھتے ہیں والد صاحب خاموش ہوگئے‘ پھر میں نے والدہ صاحبہ سے منت کی کہ والد صاحب سے پوچھ کر بتائیں کہ کیا پڑھتے ہیں۔والدہ صاحبہ کے کہنے پر والد صاحب نے بتایا کہ سب سے پہلے درود شریف پڑھتا ہوں ’’پھر کہتا ہوں تم غازی ہو میں بھی غازی مرد ہوں آئندہ اڑی نہ کرنا‘‘ یہ کہہ کر کان میں پھونک مار دیتا ہوں اور گھوڑا آئندہ اڑی نہیں کرتا۔سب سے حیران کن بات ایک بزرگ کے حوالے سے سنائی کہ اُس بزرگ کے والد صاحب کے پاس ایک گھوڑا تھا وہ گھوڑا کبھی کبھار اڑی کرتا تھا۔ان کا نوکر گھوڑے کو مارتا نہیں تھا بلکہ اپنی پگڑی اتار کر گھوڑے کے آگے رکھ دیتا تھا اور کہتا تھا کہ میری عزت اس کے پاس ہے اور گھوڑا فوراً چل پڑتا تھا اور اڑی نہیں کرتا تھا۔

قارئین! اڑیل گھوڑے کو سدھارنے کے گُر ہیں کہیں منت کرکے‘ کہیں پگڑی اتار کر سامنے رکھ کر اور کبھی تین دن مسلسل جگا کر سدھایا جاتا ہے کیا ہم نے کبھی اپنے اندر کے منہ زور اور اڑیل گھوڑے کو سدھارنے کی کوشش کی ہے؟؟؟

ایک درس نے زندگی بدل دی

(شہناز کوثر‘ گجرات)

31 مئی بروز اتوار کا دن بھی کیا دن تھا‘ کہنے کو تو وہ اک عام دن تھا مگر نہ جانے کتنے ہی دلوں کو بدلنے والا وہ دن تھا۔ میں بھی عام اک عام معمول کے مطابق چھٹی کی مصروفیات میں گم تھی کہ اچانک میری دوست کا فون آیا کہ حضرت حکیم صاحب کی آج آمد ہے بشیر میرج ہال میں تو مجھے اور میرے شوہر کو بھی دعوت دی بلکہ ضروری التماس کیا۔میرا جانے کا کوئی خاص ارادہ نہ تھا مگر اس کی ناراضگی کی خاطر جانے کی ہامی بھر لی جب وہاں گئی۔ ہال میں داخل ہوئی تو پردے کا انتظام تھا۔نظر تو کچھ نہ آیا:۔

زبان سے وہ تیر نظروں کے بنا کر دل پہ چلا گیا

کافی لوگ ہال میں تشریف فرما تھے‘ ذکر کا بیان جاری تھا‘ میرے ہاتھ میں کچھ نہ تھا‘ نہ کاپی نہ پنسل‘ مگر دل نے چاہا کہ کاش میں بھی کاپی پنسل لے آتی‘ جلدی میں یاد ہی نہ رہا‘ اس خیال کا آنا ہی تھا کہ میری اُس دوست نے اپنی ڈائری اور پنسل مجھے تھمادی لو ذرا مجھے لیکچر لکھ دو‘ میں خوش ہوگئی‘ پھر حضرت حکیم صاحب کا بولنا تھا اور میرے ہاتھ کا لکھنا تھا۔ بڑی سپیڈ سے میں نے ہر ہر لفظ نوٹ کیا۔ ہر بات دل میں اترتی گئی‘ معلوم نہیں یہ اُن کے طرز بیان کا کمال تھا یا میرے من کی پیاس تھی‘ جو قطرہ قطرہ الفاظ میں بجھتی گئی‘ ذکر کے بیان نے دل کی کافی گرد اتار دی تھی۔خاک کے ڈھیر سے اک چنگاری نمودار ہوگئی تھی کہ اُسی وقت ارادہ کرلیا ذکر کبھی نہ چھوڑوں گی یہاں تک کہ روح جسم سے آزاد ہوجائے۔

اُس کے بعد صدقہ کا بیان سنا جو زندگی میں قسم خدا کی پہلی بار اس انداز سے سنا۔صدقہ کا ایسا طریقہ کار پہلی بار کسی زبان سے سنا بے حد سرور آیا۔ 2 بجے تک کا وقت گزر گیا معلوم نہیں کیسے گزرا‘ آکر احساس تک نہ ہوا‘ نہ بوریت کا احساس‘ نہ اکتاہٹ کا احساس‘ دل یہی کرتا تھا کہ حکیم صاحب بولتے جائیں اور میں لکھتی جاؤں اور ہر بات میں نے دل کی کتاب پر اتارلی۔پھر سوچا اگر اس محفل میں نہ آتی تو ساری زندگی پچھتاوا رہتا۔آئی تو کسی کی خاطر تھی مگر کام اپنا بن گیا۔ وہ لیکچر میں نے کئی دوستوں‘ رشتہ داروں‘ ہمسائیوں غرض کہ جو بھی ملتا ہے اُسے پڑھاتی ہوں‘ کافی لوگوں نے فوٹو کاپی طلب کی ہر کسی کو بے حد پسند آیا۔ وہ تھا ہی منفرد انداز اور منفرد طرز بیان۔گھر آکر پہلا کام پانی کے صدقے کا کیا اور جس مقصد کیلئے کیا صبح اُس کو پورا پایا۔حیرت ہوئی کہ مسئلہ اتنی جلدی صدقہ کے ذریعے حل ہوا کہ نا قابل بیان ہے۔وضائف‘ تین گھونٹ پانی والا عمل‘ سورۃ الکوثر بھی اُسی طرح پڑھنا شروع کردی۔اتنی جلدی عمل کیا اور بہت فائدہ حاصل ہوا۔

پہلی بار دیکھا کہ ہال میں عورتیں بڑی دلچسپی اور خاموشی سے درس سن رہی ہیں‘ نوٹ کررہی ہیں‘ زیادہ خواتین سکول و کالج سے تعلق رکھتی تھیں‘ پڑھا لکھا طبقہ ہی زیادہ نظر آیا۔

میری تو دعا ہے کہ حکیم صاحب ہم غریبوں کے آستانے پر آتے رہیں اور ہمیں اپنے اعمال پر نظر ثانی کراتے رہیں اور اپنے تجربات اور مشاہدات سے مستفید کرتے رہیں۔

سبحان اللہ خان والا عمل اور دو انمول خزانے کی برکتیں

(مریم‘ طالبہ بی ایس سی آنرز)

اول و آخر تین دفعہ درود پاک سورۃ الفاتحہ ایک بار پھر تین دفعہ

سورۃ الاخلاص والے وظیفہ میں نے ہرجگہ آزمایا ہوا ہے۔ زندگی میں مجھے جو بھی مشکل پیش آتی ہے میں اس عمل سے حل کرلیتی ہوں' خاص طور امتحان میں' پیپرز میں۔

میں نے ہر پیپر میں یہ وظیفہ پڑھا جو سوال یاد کیا ہوا تھا صرف وہی آیا۔ خاص طور پر میں نے شام کو سیکنڈ ٹائم مطالعہ پاکستان کا پیپر دے کر آئی' صبح میرا اکنامکس کا پیپر تھا' B.A کی اکنامکس میں میتھ کا پورشن علیحدہ ہوتا ہے ساتھ تھیوری کا پورشن بھی ہوتا ہے گجرات یونیورسٹی میں ساتھ سٹیٹ پورشن بھی ہے۔ میں نے میتھ پورشن میں صرف ایک باب طلب ورسد کی توازنی مقدار اور سٹیٹ پورشن میں سے صرف ایک چیپٹر کیا اور تھیوری کے صرف دو باب میں سے کچھ سوال کیونکہ ایک رات تھی اور ٹائم اتنا نہیں تھا اور اللہ کے فضل سے اسی میں سے تمام پیپر آگیا اور دوسرے پیپرز میں بھی پیپر آگیا تھا۔

دو انمول خزانے

میرا بھائی بہت خراب تھا' انتہائی بدتمیز تھا' پیپرز میں گھر سے بھاگ بھی جاتا' مگر دو انمول خزانے میری امی نے پڑھے' میرا بھائی بہت سدھر گیا حتیٰ کہ اب اے لیول کررہا ہے اور ہم لوگوں سے زیادہ امی ابو کی عزت کرتا ہے' ڈاڑھی بھی رکھ لی ہے اور صحیح اسلامی رستے پر چل نکلا ہے۔

میرے آزمائے ہوئے نسخہ جات

(محمد اشرف، گل ٹوبہ ٹیک سنگھ)

پانچ منٹ میں دردگردہ غائب

نسخہ: سونف آدھا پاؤ' الائچی سبز ایک تولہ' ست پودینہ ایک تولہ۔ پہلی دونوں دواؤں کو کوٹ پیس لیں بعد میں ست پودینہ ڈالیں۔ **خوراک:** 4 گرام ہمراہ پانی۔ خدا کے فضل سے گھڑی کا ٹائم دیکھ لیں پانچ منٹ میں درد ختم ہوجائے گا۔

سستی نامردی کیلئے

نسخہ: پان جڑ ایک چھٹانک' دارچینی ایک چھٹانک' زعفران ایک تولہ' عقرقرحا ایک چھٹانک۔ یہ چار چیزیں یک جان کرکے رکھ لیں۔ **خوراک:** آدھ تولہ ہمراہ گرم دودھ کے ساتھ صبح نہار منہ استعمال کریں۔ ایک گھنٹہ بعد کھانا کھالیں۔

دھات احتلام

نسخہ: تال مکھانہ ایک چھٹانک' تخم ریحان ایک چھٹانک' دارچینی ایک چھٹانک' چار موصلی ایک ایک چھٹانک۔ ان سب کو باریک کرکے کپڑ چھان کرکے رکھ لیں۔ **خوراک:** ایک تولہ سیب کے جوس کے ساتھ صبح نہار منہ کھائیں ایک گھنٹے بعد کھانا کھالیں۔

دردگردہ پتھری' مثانہ کیلئے لاجواب نسخہ

نسخہ: قلمی شورہ آدھ کلو' نوشادر آدھ پاؤ' سوہاگہ آدھ پاؤ' جوکھار آدھ پاؤ' سنگ یہود آدھ پاؤ' ریٹھے آدھ پاؤ' بھلاوے ایک پاؤ۔ یہ سب چیزیں عمدہ کوٹ چھان لیں پھر لوہے کی کڑاہی لیں نیچے ہلکی آگ جلائیں' اس میں پہلے قلمی شورہ ڈال دیں جب پانی ہوجائے پھر باقی چیزیں ڈال دیں۔ دھواں آنکھوں کو نہ لگنے پائے جب کڑاہی سے دھواں ختم ہوجائے تو دوائی تیار ہے۔ کوٹ پیس لیں۔

خوراک: 2 گرام دوائی ہمراہ سیون اپ کی بوتل کے ساتھ کھالیں پھر چار گھنٹے بعد قابل برداشت گرم پانی کے ٹب میں بیٹھ جائیں۔ ساتھ خوب گرم پانی رکھ لیں اور تھوڑا تھوڑا ٹب میں ملاتے جائیں تاکہ پانی گرم رہے۔

جب آدھ گھنٹہ ہوجائے تو ایک کپ چائے کا ایک عدد لیموں نچوڑ کر پی لیں آدھ گھنٹہ اور پانی میں رہیں جو آپ کو پیشاب آئے گا وہ پانی والے ٹب میں ہی کریں انشاء اللہ آپ کی پتھری پہلی خوراک سے ختم ہوکر نکل جائے گی اگر نہ نکلے تو دوسرے دن پھر ایسا ہی کریں۔ میں نے یہ نسخہ جس کو بھی دیا ہے اس کی پتھری پہلی دفعہ سے ہی نکل گئی ہے۔ اگر پتھری کھجور کی گٹھلی سے بڑی ہو تو ڈاکٹر سے مشورہ کریں اگر چھوٹی ہو تو نکل جائے گی۔

موٹاپے کا نہایت آسان علاج

(ڈاکٹر حافظ سید فیض الرحمٰن شاہ)

موٹاپا بہت سی بیماریوں کا مجموعہ ہے' تھوڑی سی محنت سے ہم اس پر کنٹرول کرسکتے ہیں' اکثر مریضوں کو اس سے فائدہ ہوا' افادہ عام کی غرض سے خوراک کا شیڈول حاضر ہے۔

صبح 8 بجے چائے یا قہوہ' صبح دس بجے چائے یا قہوہ' دوپہر بارہ بجے گرم دودھ کا گلاس' دوپہر دو بجے دودھ سوڈے کا گلاس' بعد دوپہر چار بجے ایک کپ چائے' شام چھ بجے گرم دودھ کا گلاس' رات نو بجے چائے یا قہوہ' رات کو سونے سے پہلے گرم دودھ کپ۔ یہ پروگرام ہفتے کے تین دن استعمال کریں اور موٹاپے سے نجات پائیں۔ نیز بلاناغہ ایک گلاس نیم گرم پانی میں شہد کا چمچ مکس کرکے چسکیاں لے کر پی لیں۔

نوٹ: تین دنوں میں اس خوراک کے علاوہ اور کچھ استعمال نہیں کرنا۔

کپکپاہٹ کا علاج

بعض لوگوں کے ہاتھ بہت زیادہ کپکپاہٹ کا شکار ہوتے ہیں ایسے لوگ اگر اپنے کھانے میں نمک کی مقدار کم کرکے چوتھائی کردیں اور روزانہ صبح بعد نماز فجر پاؤں شبنم آلودہ گھاس پر ٹہلا کریں انشاء اللہ ہاتھوں کی کپکپاہٹ کچھ عرصہ میں دور ہوجائیگی۔

چہرے کے داغ دھبے کا آسان علاج

جب چہرے پر سیاہ رنگ کے داغ پڑ گئے ہوں صاف رنگ چہرہ پر سیاہ داغ دھبے بہت بدنما لگتے ہیں اور دیکھنے والوں کو انتہائی معیوب نظر آتے ہیں۔ تو یہ علاج کریں تازہ سرخ ٹماٹر اور کلیجی کا استعمال کریں۔ عرق گلاب میں لیموں نچوڑ کر چہرہ پر مل لیا کریں۔ چند دن کے استعمال سے انشاء اللہ تعالیٰ چہرہ نہایت جاذب نظر اور انتہائی پرکشش ہوجائیگا۔

کچن سے خوشگوار صحت کا انداز

حکیم راحت نسیم سوہدروی

جدید طبی سائنسی تحقیق نے بھی اس کی کاسر ریاح صلاحیت کو بہت اہمیت دی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ اس میں شامل فراری تیل انتہائی لطیف اجزاء کا مرکب ہوتا ہے جو جلد جزو بدن بن جاتا ہے۔ یہ اجزا معدے اور آنتوں پر اثر انداز ہو کر ریح کے اخراج کا سبب بنتے ہیں

دار چینی جسے ہندی میں دال چینی اور انگریزی میں سینامول کہتے ہیں، ماہیت کے اعتبار سے ایک درخت کی چھال ہے جس کی رنگت سرخی مائل زرد یا ہلکی سیاہی مائل ہوتی ہے۔ ذائقہ قدرے شیریں تلخی لیے ہوتا ہے۔ اس کی کاشت زیادہ تر سری لنکا، ہندوستان اور چین میں کی جاتی ہے اور جزائر شرق الہند میں خودرو ہوتا ہے۔ دار چینی اقسام کے اعتبار سے تین قسم کی ہوتی ہے جو حجم اور رنگت میں مختلف ہے۔ ہمارے ہاں استعمال ہونے والی چین اور سری لنکا کی دار چینی سب سے عمدہ اور خوشبودار ہوتی ہے۔ اطباء نے اس کا مزاج گرم خشک درجہ دوم بتایا ہے۔

جدید طبی سائنسی تحقیق نے بھی اس کی کاسر ریاح صلاحیت کو بہت اہمیت دی ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ اس میں شامل فراری تیل انتہائی لطیف اجزاء کا مرکب ہوتا ہے جو جلد جزو بدن بن جاتا ہے۔ یہ اجزا معدے اور آنتوں پر اثر انداز ہو کر ریح کے اخراج کا سبب بنتے ہیں جس سے معدے اور آنتوں کو فائدہ ہوتا ہے۔ اس لحاظ سے اسہال اور پیچش میں اس کا فائدہ تسلیم کیا گیا ہے۔ ہمارے ہاں جو دار چینی استعمال ہوتی ہے اس میں ٹے نین کا جزو بہت کم ہوتا ہے اس لیے یہ کاسر ریاح تو ہے مگر قابض نہیں ہے۔

مقدار خوراک: دار چینی کی مقدار خوراک ایک سے دو گرام (پسی ہوئی) ہے۔ اس کے کھانے سے معدے اور آنتوں پر اثر انداز ہو کر اپنے فراری تیل کے باعث جلد جزو بدن بنتی ہے۔

بدہضمی: کھانے کا صحیح طور پر ہضم نہ ہونا، پیٹ پھولنا، ریاحوں کا بھر جانا یا بھوک صحیح طور پر نہ لگنا ایسی صورتوں میں روغن دار چینی کے تین سے پانچ قطرے شکر میں ملا کر نیم گرم پانی سے دینا مفید ہوتا ہے۔

دانت کا درد: روغن دار چینی میں روئی کا تر کیا ہوا پھایا لگانا مفید ہوتا ہے اس سے دانت کا درد ختم ہو جاتا ہے۔

دودھ ہضم نہ ہونا: بعض لوگوں کو دودھ ہضم نہیں ہوتا اور لوگ اس کو بادی ہونے اور ریاح کی شکایت کرتے ہیں۔ ایسے حضرات اگر ایک لیٹر دودھ میں دار چینی 3 گرام کا سفوف ملا کر اسے جوش دے کر پئیں تو اس سے نہ صرف دودھ ہضم ہو گا بلکہ قوت ہضم بھی بڑھے گی۔

دمہ اور کھانسی: جن لوگوں کو کھانسی اور دمے کی شکایت ہو وہ دار چینی (ایک گرام) پیس کر شہد (دو چمچ) کے ساتھ صبح و شام کھائیں۔

کاسر ریاح: ریاحوں کے اخراج کیلئے دار چینی کا جواب نہیں۔ ایسی صورت میں دار چینی منہ میں رکھ کر چبائی جائے اور سالن میں استعمال کی جائے۔

الرجی کا نزلہ زکام: ماحولیاتی آلودگی خصوصاً فضائی آلودگی کی وجہ سے نزلہ زکام اور چھینکیں آنے کا عارضہ عام ہو گیا ہے۔ بعض لوگوں کے صبح ہوتے ہی ناک سے پانی بہنا شروع ہو جاتا ہے ان کیلئے یہ نسخہ بہت مفید ہوتا ہے:

''برگ بنفشہ چھ گرام، تخم میتھی چھ گرام اور دار چینی تین گرام پیس کر آدھے گلاس پانی میں جوش دے کر چھان کر صبح نہار منہ پندرہ بیس دن تک پینا چاہیے۔

سفوف ہاضم و مقوی معدہ: دار چینی، سونٹھ، دانہ الائچی خورد ہم وزن پیس کر قبل غذا ایک سے تین گرام تازہ پانی کے ساتھ استعمال کرنے سے نظام ہضم کی اصلاح ہو گی اور معدہ بھی مضبوط ہو گا۔

حاملہ خواتین کیلئے: ولادت کے بالکل قریبی دور میں دار چینی اور سہاگہ ہم وزن پیس کر صبح و شام تین تین گرام تازہ پانی کے ساتھ دینے سے زچگی آسانی سے ہوتی ہے۔

بواسیر: بواسیر میں دار چینی کا ضماد (لیپ) لگانا مفید ہے۔

ہچکی: دار چینی مصطلگی کے ساتھ ملا کر جوش دے کر پینے سے ہچکی کو فائدہ ہوتا ہے۔

سردی کا دردسر: پیشانی پر دار چینی کا لیپ کرنا مفید ہے

سرطان: مانچسٹر (برطانیہ) کے ایک ہسپتال میں ڈاکٹر جے جے کرنی نے سرطان کے مریضوں کو زیادہ مقدار میں دار چینی کا استعمال کرایا تو اس کے خاطر خواہ نتائج سامنے آئے تاہم ابھی مزید اور حتمی تحقیق کیلئے کام جاری ہے۔

دار چینی کا عرق: دار چینی کا عرق سریع الاثر ہوتا ہے۔ قوت ہاضمہ کیلئے بہت مفید ہے۔ ریاحوں کو خارج کرتا ہے۔ برودت (ٹھنڈک) اور یرقان میں مفید ہوتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے۔

دار چینی کا استعمال: دار چینی کا مقررہ مقدار میں استعمال بہت مفید ہوتا ہے البتہ اس کا بکثرت اور دیر تک استعمال مناسب نہیں ہوتا بلکہ یہ متلی، قے اور قبض کا سبب بن جاتی ہے۔

اولیاء کے سرخیل

محمد یٰسین غوری، خانیوال

یہاں تک کہ مؤذن نے صبح کی اذان دے دی۔ اذان کی آواز سن کر ماں بیدار ہوئی اور اس نے دیکھا کہ میں پانی لیے کھڑا ہوں

یہ سخت سردی کا موسم تھا باہر برف باری ہو رہی تھی۔ یہ رات کا وقت تھا ماں نے پانی مانگا مٹی کے کوزے میں پانی لے کر میں ابھی ماں کے قریب پہنچا ہی تھا کہ ماں کی آنکھ لگ گئی۔ سوچا ماں کو بیدار کر کے پانی پلا دوں پھر خیال آیا کہ اس کی نیند خراب ہو گی۔ کتنی بے چینی کے بعد تو اس کی آنکھ لگی ہے۔ سخت سردی کی وجہ سے میرے بدن پر کپکپی طاری ہو رہی تھی۔ دل میں خیال آیا کہ بستر پر جا کر سو جاؤں مگر پھر خیال آیا کہ شاید ماں دوبارہ پانی مانگے اور میں وقت پر اس کے پاس نہ پہنچ سکوں۔ انہی سوچوں میں گم، اس ادھیڑ بن میں کھڑا رہا۔ سردی بہت سخت تھی اور نیند کا غلبہ بھی تھا مگر میں نے اپنے نفس پر قابو رکھا اور پانی کا کوزہ لیے ماں کی چارپائی کے پاس کھڑا رہا اور کھڑا رہا......... یہاں تک کہ مؤذن نے صبح کی اذان دے دی۔ اذان کی آواز سن کر ماں بیدار ہوئی اور اس نے دیکھا کہ میں پانی لیے کھڑا ہوں۔ کہا بیٹے! تو نے مجھے جگا کیوں نہ لیا میں نے عرض کیا ماں! تیری طبیعت خراب تھی میں نے سوچا کہ اگر جگا دوں گا تو کہیں تجھے اور زیادہ تکلیف نہ ہو اور سویا اس لیے نہیں کہ نہ جانے کب تو پانی مانگے اور میری آنکھ نہ کھلے۔ میرا یہ عمل دیکھ کر ماں اتنی خوش ہوئی کہ اس نے دعا کیلئے ہاتھ دراز کیے۔ مولا! بایزید نے میرا دل ٹھنڈا کیا ہے تو اس کے دل کو اپنی معرفت کے نور سے بھر دے۔

ہاں ہاں! یہ وہی بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ ہیں جنہیں دنیا سلطان الاولیاء اور سلطان العارفین کے نام سے جانتی اور مانتی ہے نا جانے ماں کی اس دعا اور خدمت میں کیا تاثیر تھی کہ آپ رحمۃ اللہ علیہ کا دل معرفت کے نور سے منور ہو گیا۔

آپ رحمۃ اللہ علیہ فرمایا کرتے تھے لوگو! تم پوچھتے ہو کہ مجھے معرفت کی یہ دولت کیسے ملی تو سن لو کہ اس کا ایک ہی راستہ ہے اللہ اور اس کے بندوں کے حقوق ادا کرو منزل کھنچ کر خود تمہارے سامنے آ جائے گی۔ یاد رکھیے! اللہ اور رسول ﷺ کے بعد سب سے بڑا حق والدین کا ہے۔

اللہ نے کوے کے ذریعے دوائی بھیجی

نصیر احمد ایبٹ آباد

اکبر صاحب نے جب منظر دیکھا تو رہا نہ گیا ایک دم اٹھے' ننگے پاؤں برف میں کود گئے' پتہ اٹھایا اور فوراً کھانا شروع کر دیا جب گھر والوں کی نظر پڑی تو وہ دوڑ کر پکڑ کر ان کو واپس برآمدے میں لائے۔ برف جھاڑی' پاؤں صاف کیے اور گرم رضائی میں لٹا دیا

واقعی سب کچھ اللہ پاک کرنے والے ہیں' عزت' ذلت' دولت' بیماری غرض دنیا کی ہر چیز اسی مالک الملک کے ہاتھ میں ہے۔ جسے جو بھی دینا چاہے یا لینا چاہے خود ہی وسیلہ بنا دیتا ہے۔ 1975ء کا واقعہ ہے کہ ڈاڈر سنی ٹوریم میں ایک واپڈا کے لائن مین اکبر نامی تھے۔ اپنے پیشہ میں بڑے ماہر تھے اور بڑے خوش اخلاق تھے۔ میری تبدیلی بھی وہاں ہوگئی۔ اکبر صاحب سے دن میں کئی بار ملاقات ہوتی رہتی۔ ان کے دوسرے ساتھی بھی بڑے مخلص اور اچھے اخلاق کے مالک تھے۔ مگر اکبر صاحب میں ایک انوکھی صفت یہ تھی کہ وہ خوش مزاج تھے۔ ہر وقت چہرہ پر خوشی اور ہنستی طبیعت لگتی تھی۔ رات کے کسی حصہ میں اگر بلب فیوز ہو جاتا تو اکبر صاحب کو بلا لیا جاتا۔ اپنی نیند حرام کر کے فوراً پہنچتے' ہنسی خوشی دوسرا بلب لگا کر رخصت ہو جاتے۔

کبھی ان کی زبان سے یہ نہیں سنا کہ فلاں نے میری نیند حرام کر دی۔ کبھی کسی سے چائے پانی کی خواہش نہ رکھتے۔ مجبور کرنے پر کبھی کبھی چائے کا پیالہ پی لیتے۔ اکبر صاحب سگریٹ نوشی زیادہ کثرت سے کرتے رہتے۔ منع کرنے کے باوجود وہ اپنی ہی بات کرتے اکثر کہتے کہ بھئی ایک دن مرنا ہے' اس کیلئے کوئی نہ کوئی بہانہ بن جائیگا یہ سگریٹ وگریٹ کچھ نہیں کر سکتے۔ اکبر صاحب کے بارے میں مشہور تھا کہ رات کو فقیری بوٹی بھی پیتے ہیں۔ کبھی کبھی دماغی توازن بھی کھو بیٹھتے ہیں اور خاموش پڑے رہتے ہیں۔ منغل ہسپتال پہنچایا جاتا ہے اور کافی دن بعد صحت یاب ہوتے ہیں۔ ایک دفعہ میری موجودگی میں اکبر صاحب بیمار ہوگئے' سگریٹ پر سگریٹ پھونکتے' سنی ٹوریم میں ڈاکٹر صاحبان نے نہایت ہمدردی سے علاج کیا۔

مینٹل ہسپتال ڈھوڈیال لے جایا گیا مگر صحت کا نام تک نظر نہ آیا۔ وہ ڈاڈر کے نزدیک ایک گاؤں سم الٰہی سنگ کے رہنے والے تھے۔ واپڈا والوں نے بڑی ہمدردیاں دکھائیں۔ خیر خیریت پوچھتے باقاعدگی سے تنخواہ ادا کرتے۔ اکبر صاحب بالکل خاموش رہتے۔ کھانا سامنے رکھ دیا جاتا' دل چاہتا تو کھا لیتے ورنہ پڑا رہتا۔ گھر والے جب اصرار کرتے تو ایک دو نوالے مزید کھا لیتے اور دوائی بھی لے لیتے۔ کافی ماہ گزر گئے' تقریباً سب ہی ان کی صحت سے ناامید ہوگئے۔ سردیوں کا موسم تھا۔ رات کو سخت برف باری ہوئی۔ فٹ ڈیڑھ فٹ پڑ گئی۔ صبح آٹھ نو بجے برف باری ختم ہوئی اور دھوپ نکل آئی۔ اکبر صاحب کے گھر والوں نے برآمدے میں بستر بچھا کر ان کو دھوپ میں لیٹا دیا۔ اکبر صاحب اپنے ہی حال میں گم صم رہتے تھے۔

سگریٹ کے کش پر کش لگانا شروع کر دیا۔ اچانک ایک کوا دیوار پر آ کر بیٹھا اور زور زور سے کائیں کائیں کرنے لگا۔ جب اکبر صاحب نے اس کی آوازیں سنیں تو دیوار پر کوے کو دیکھا کہ شور مچا رہا ہے کوے نے جب اپنی طرف اکبر صاحب کو متوجہ دیکھا تو فوراً چونچ میں ایک بوٹی کا پتا جو اس نے غالباً پہلے لا کر چھوڑا ہوا تھا اٹھایا اور صحن کے درمیان میں برف پر رکھ کر اڑ کر چلا گیا۔

اکبر صاحب نے جب منظر دیکھا تو رہا نہ گیا ایک دم اٹھے' ننگے پاؤں برف میں کود گئے' پتا اٹھایا اور فوراً کھانا شروع کر دیا جب گھر والوں کی نظر پڑی تو وہ دوڑ کر پکڑ کر ان کو واپس برآمدے میں لائے۔ برف جھاڑی' پاؤں صاف کیے اور گرم رضائی میں لٹا دیا۔ اکبر صاحب سے جب پوچھا کہ ادھر صحن میں کیوں گئے؟ کہنے لگے کہ اللہ نے دوائی کوے کے ذریعہ بھیجی ہے اور وہ میں نے کھالی ہے۔

پتہ کھانے کے بعد جوں جوں وقت گزرتا گیا اکبر صاحب ٹھیک ہوتے جاتے۔ رات کو سو کر اٹھے تو صبح بالکل نارمل حالت میں تھے۔ سیدھے ڈیوٹی پر حاضر ہوگئے۔ ہر ایک کو کہتے کہ اللہ تعالیٰ نے ان کا علاج کوے ڈاکٹر سے کرایا ہے جس نے صرف ایک پتا کھلایا اور ایک ہی دن میں تندرستی مل گئی۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 9 اکتوبر بروز اتوار کو ہوگا)

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ تعالیٰ علیہ نے ایک بڑی پتے کی بات فرمائی ہے کہ انسان جب اللہ کی ذات عالی میں فنا ہو جاتا ہے اور اپنا جینا مرنا اللہ کے ساتھ ہی کر دیتا ہے اور زندگی کے دن رات اللہ کی محبت میں اور اللہ کی اطاعت میں اور اللہ کی فرمانبرداری میں ڈھال دیتا ہے پھر اس کی ہر سانس اور اس کا ہر قدم صرف رضائے الٰہی ہی کے لیے اٹھتے ہیں۔ اہل تصوف اور اہل طریقت کے سامنے صرف یہی ایک چیز ہوتی ہے کہ وہ دن رات اللہ کی رضا کو ہی ڈھونڈتے رہتے ہیں موجودہ دور کی بعض ایسی ذلت اور ذلالت جس کا نام پیری فقیری پڑ گیا ہے اور جس میں واضح شرک اور واضح بدعت صاف عیاں ہوتی ہے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے ان سب چیزوں کی نفی کی اور حقیقت کو ایسے واضح کیا ہے کہ آج سے تقریباً گیارہ سو سال پہلے انہوں نے ان فتنوں کی نشاندہی کی جو فتنے اس وقت بہت کم لیکن آج وہ فتنے جادو کی طرح سر پر چڑھ کر بول رہے ہیں اور افسوسناک بات یہ ہے کہ لوگ قرآن و سنت کو چھوڑ کر اور ان فتنوں کو حقیقت ماننا شروع ہوگئے ہیں اور ان ذلالتوں کو سچا دین مان کر چلنا شروع ہوگئے ہیں لہٰذا حضرت پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کا یہ پیغام رہتی دنیا تک باقی رہے گا کہ اگر ہدایت کا سبق ملے گا تو وہ صرف چوکھٹ مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم کی برکت اور روشنی سے ملے گا۔ آیئے! ہم اس روشنی کو حاصل کرنے کیلئے قرآن و سنت کا بھرپور مطالعہ کریں۔ لیکن ایک بات یاد رکھئے گا اپنی مرضی کی تفسیر اور اپنی مرضی کی کتابوں کا انتخاب کر کے پڑھنا شروع کر دینا اکثر گمراہی اور بے دینی کا ذریعہ بنتی ہے۔ ہاں ایک بات میں دعوے سے کہتا ہوں اگر کوئی شخص چاہتا ہے کہ پورا دین اور پوری معرفت حق کہ ہدایت اور ایمان کی روشنی کی اصل بنیاد اسے مل جائے تو وہ ایک کتاب حیات صحابہ تینوں جلدیں مولانا محمد یوسف رحمۃ اللہ علیہ لکھی ہوئی ہے اس کا ضرور مطالعہ کریں۔ مجھے ایک اللہ والے نے بتایا کہ میرے رہبر و استاد نے مجھے نصیحت کی اگر کائنات کی روحانیت اور شریعت کی اصل حقیقت پانا چاہتے ہو تو اس کتاب کا نو دفعہ مطالعہ کرو فرمانے لگے میں نے اول سے آخر نو دفعہ مطالعہ کیا۔ قارئین آپ بھی ضرور کریں۔

ڈاکٹر سید، امریکہ

جدید طرز زندگی کا سب سے بڑا نقصان

حرکت اور تندرستی کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ متحرک وفعال آدمی بالعموم فائدے میں رہتے ہیں۔ وہ نہ صرف اچھا محسوس کرتے ہیں بلکہ بہتر دکھائی دیتے ہیں۔ اپنی غذا کی اصلاح بہتر طرح اور کرب سے نمٹنے کے لائحہ عمل کو اچھی طرح اختیار کرسکتے ہیں

اگر اعضائے جسم کو استعمال نہ کیا جائے تو نشو ونما صحیح نہیں ہوتی اور بڑھاپا جلد آتا ہے۔ (بقراط)

میں آپ کیلئے ایسا نسخہ تجویز کرتا ہوں جس کے استعمال سے آپ بہتر محسوس کریں گے، بے خوابی کم ہوگی، کرب وفکر کا ازالہ ہوگا، بھوک میں کمی آئے گی، وزن کم کرنے میں مدد ملے گی، پٹھوں میں قوت آئے گی، بڑھاپے کی رفتار میں کمی ہوگی، کام کرنے کی اہلیت بڑھے گی، اعتماد وصلاحیت میں اضافہ ہوگا، عارضہ قلب اور ذیابیطس کا سدباب ہوگا۔ اس وقت آپ خواہ کیسا ہی محسوس کرتے ہوں، اس وقت آپ اچھا محسوس کرنے لگیں گے۔ ''اس سے بہتر کیا بات ہوسکتی ہے مگر یہ نسخہ تو بہت گراں ہوگا؟'' ''نہیں! یہ بالکل مفت ہے یعنی صرف 35-40 منٹ کی روزانہ صبح سویرے تیز قدم سیر۔''

صدر امریکہ کے منصب پر فائز ہونے سے قبل جب وہ دو ایوان نمائندگان کے رکن تھے، ہیری ٹرومین کی صحت اچھی نہیں رہتی تھی، آئے دن کی بیماریوں سے تنگ آکر انہوں نے ایوان کے معالج سے مشورہ کیا اس کی ہدایت تھی ''مسٹر ہیری آپ کو چہل قدمی کرنا ہوگی۔''

اگر لوگ اپنے وقت کا صرف پانچ فیصد حصہ صحت درست کرنے کی مساعی میں خرچ کریں تو انہیں اپنے وقت کا 100 فیصد حصہ شفاخانے اور مرض سے افاقہ حاصل کرنے میں صرف نہیں کرنا پڑے گا۔ ٹرومین نے اس نصیحت پر عمل کیا، انہیں لوگ صبح سویرے چہل قدمی کرتے ہوئے دیکھتے تھے، ان کا یہ معمول آخر عمر تک رہا اور 83 سال کی عمر پائی۔ امریکی قومی ادارۂ صحت کا سربراہ جب موسم درست ہوتا ہے تو دفتر سائیکل پر جاتا ہے۔

''خود مجھے ہمیشہ سے چلنے پھرنے کا شوق رہا ہے۔ مدرسے تک جو نصف ساعت کی مسافت پر تھا، پیدل جایا کرتا تھا، علی گڑھ سے ہوسٹل سے کالج تک کی آمدورفت میں خاصی ورزش ہوجاتی تھی۔ لاہور میں ہوسٹل سے میڈیکل کالج تک صبح، عصر اور رات میں کبھی پیدل اور کبھی سائیکل پر جایا کرتا تھا۔ شام کی روزانہ سیر براستہ مال، لارنس باغ تک اس زمانے کا معمول تھا جس کی دلچسپ یاد آج بھی باقی ہے۔ انگلستان میں پیدل چلنے کیلئے مواقع نکال لیتا تھا اور دور دور تک جایا کرتا تھا۔ اب بھی چلنے کیلئے بہانے تلاش کرتا ہوں۔ اگر دل چسپی لی جائے تو چلنا باعث لطف ہے کہ دل چسپی ذہنی رویے کا نام ہے۔ ورزش کے ساتھ سزا کا تصور نہیں ہونا چاہیے جیسا کہ اٹھک بیٹھک کرانے سے ہوتا ہے اور جس سے خوف وبیزاری پیدا ہوتی ہے۔'' (ایک طبیب کی یادداشتیں)

حرکت اور تندرستی کا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ متحرک وفعال آدمی بالعموم فائدے میں رہتے ہیں۔ وہ نہ صرف اچھا محسوس کرتے ہیں بلکہ بہتر دکھائی دیتے ہیں۔ اپنی غذا کی اصلاح بہتر طرح اور کرب سے نمٹنے کے لائحہ عمل کو اچھی طرح اختیار کرسکتے ہیں۔

ان میں معذوریت اور قبل از وقت موت کا امکان بھی کم ہے۔ عمر کے ساتھ سال خوردگی کی رفتار کا تعلق بھی فعالیت سے ہے۔ مشہور کتاب ''دریائے کوائی کے پل'' میں ایک ایسے کماندار کا ذکر ہے جسے جاپانیوں نے دوران جنگ عظیم دوم ایک تنگ جگہ میں مقید کر رکھا تھا۔ ہمیشہ نشینی کی وجہ سے اس کی فعالیت صرف پندرہ دن میں اس قدر کم ہوگئی کہ وہ کھڑا نہیں ہوسکتا تھا کھڑا ہوتا تو چل نہیں سکتا تھا۔ یہ عام مشاہدہ ہے کہ اگر کسی حصہ جسم کو استعمال نہ کیا جائے تو وہ بے کار اور جامد ہوسکتا ہے۔

ورزش اپنی اہمیت میں غذا سے کم اہم نہیں، گو اس کی افادیت سے اکثر لوگ بے خبر ہیں جس طرح محبت کرنے سے محبت میں اضافہ اور کسی کام کے کرنے سے کارکردگی بہتر ہوتی ہے اسی طرح ورزش کرنے سے اہلیت جسم بہتر ہوجاتی ہے۔ ورزش کرنے والے تندرست رہتے ہیں اور بغیر تھکے ہوئے زیادہ دیر تک کام کرسکتے ہیں۔

اول اول 1950ء میں حملہ قلب اور ناگہانی اموات کے سدباب میں ورزش کے مفید اثرات کا علم ہوا۔ یہ ہمیشہ سے معلوم ہے کہ ڈاکیے، ساحلی مزدور اور بڑی موٹر گاڑیوں کے رہدار (کنڈیکٹر) عارضہ قلب میں کم مبتلا ہوتے ہیں۔ یہ بات خوش آئند ہے کہ گزشتہ ایک ڈیڑھ عشرے میں ورزش کے ضمن میں ہمارے خیالات وافعال میں انقلابی تبدیلی آئی ہے اور روشن خیال افراد میں اب ورزش طریق زندگی میں شامل ہوتی جارہی ہے جس طرح ذہن کیلئے پڑھنا ضروری ہے اسی طرح بدن کیلئے ورزش اہم ہے۔ مشہور عالمی ماہر قلب پال وہائٹ کے بقول ''جدید طرز زندگی کا سب سے بڑا نقصان ہمیں سڑک سے اٹھا کر موٹر گاڑی میں بٹھانا ہے۔'' اس کا نسخہ صحت ہے: میں ہر شخص کو سائیکل سوار بنانا چاہتا ہوں۔ یہ عارضہ قلب کو روکنے کا اہم طریقہ ہے اگر کوئی شخص روزانہ پانچ میل سیر کرے تو ایک ناخوش آدمی کو اس قدر فائدہ ہوگا جس قدر تمام ادویہ اور علم النفس کے طریقوں سے نہیں ہوسکتا۔''

ورزش نہ کرنے والوں کے مقابلے میں ورزش کرنے والوں میں ایک سال میں دل ایک کروڑ مرتبہ کم دھڑکتا ہے، کم رفتار سے دھڑکتا ہے اور تھکتا نہیں ہے۔ آہستہ رفتار دل میں خون بھی زیادہ آتا ہے اور ایسا دل اپنا کام بھی زیادہ چابکدستی سے کرتا ہے۔ ورزش سے رگوں کی صحت پر مثبت اثرات پڑتے ہیں۔ پٹھوں کی چھوٹی رگوں میں اضافہ زیادہ ہوکر گردش خون اور آکسیجن کی رسد زیادہ ہوجاتی ہے۔ جسم کے تمام پٹھوں میں ورزش کرنے سے توانائی پہنچانے والی خلیاتی خیتی ریزے (مائیو کانڈریا) زیادہ ہوجاتے ہیں اور پٹھوں کی توانائی میں اضافہ ہوتا ہے۔

ورزش کرنے سے کولیسٹرول خون کی سطح درست رہتی ہے خراب کولیسٹرول (ایل ڈی ایل جو عارضہ رگ دل میں اہم کردار کرتا ہے) کم ہوجاتی ہے اس کے برعکس اچھی کولیسٹرول (ایچ ڈی ایل جو عارضہ رگ دل سے تحفظ فراہم کرتا ہے) زیادہ ہوجاتی ہے اور یہ مفید اثرات صرف غذائی اصلاح سے حاصل نہیں ہوسکتے۔ ورزش کرنے سے مضر افراط حلوین (ٹرائی گلیسرائڈ) بھی کم ہوتی ہے۔ خون میں سدے ساخت ہونے کا امکان گھٹتا ہے جس کے نتیجے میں حملہ قلب کے امکان میں کمی آتی ہے۔ چنانچہ عارضہ رگ دل کے سدباب شکایات قلب کی کمی اور عارضہ قلب کے بعد ورزش کی افادیت مسلم ہے۔

روزانہ پابندی سے 40 منٹ تیز قدموں سے سیر کرنے سے عارضہ رگ دل کا خطرہ 30 سے 60 فیصد کم ہوجاتا ہے اور ناگہانی اموات کا امکان گھٹتا ہے۔ ورزش سے جسم کی مضافاتی رگوں کو بھی فائدہ پہنچتا ہے۔ جن افراد کو چلنے پھرنے سے ٹانگوں میں درد ہوتا ہے آہستہ آہستہ اضافہ کی جانے والی چہل قدمی سے ٹانگوں کے درد میں کمی آسکتی ہے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 26

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے' اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں' قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

جوان بھی وہ سب شامل تھے۔ حاجی صاحب کا ختم القرآن ہندوستان کے پہاڑی علاقے مسوری میں تھا۔ حسب معمول گدھ کی شکل کی اڑن سواری مجھے وہاں لے گئی' چند ہی لمحوں میں اس نے وہاں مجھے پہنچایا' ختم القرآن ہوا اور پھر حاجی صاحب کا ہو' کیا عجیب لذت' کیا عجیب مزہ' کیا عجیب چاشنی' میں اس وقت لکھ رہا ہوں لیکن آپ سوچ بھی نہیں سکتے کہ میرا قلم میرا ساتھ نہیں دے رہا اور میں رک رک جاتا ہوں اور ٹھہر ٹھہر جاتا ہوں میرے رونگٹے کھڑے ہو رہے ہیں' مجھے وہ قرآن کی لذت سے آشنائی اور وہ دور جب حاجی صاحب نے خود قرآن سنایا اور صحابی بابا نے خود قرآن سنایا' آپ محسوس نہیں کر سکتے۔ ایک خاص چیز جو میں نے دیکھی کہ صحابی بابا کے قرآن پڑھنے کا انداز خالص عربی تھا جو میں نے حج کی حاضری میں وہاں کے آئمہ سے سنا وہاں کے آئمہ نے جس طرز پر قرآن پاک پڑھا بالکل وہی طرز انہی کا تھا اور بالکل وہی طرز اور وہی انداز صحابی بابا کا تھا۔

دعا کے بعد ایک خاص قسم کی مٹھائی جو کہ قوم جنات میں بنائی جاتی ہے جس میں زعفران' تل اور خاص قسم کی چیزیں ہوتی ہیں۔ انسانوں کی دنیا کا آدمی تو ایک لڈو کے برابر شاید نہ کھا سکے جبکہ ان کے ہاں من و کی من بنائی جاتی ہے بلکہ اس سے کہیں زیادہ اور لاکھوں من خوب کھائی جاتی ہے۔ میں اس مٹھائی کی لذت' ذائقہ اور چاشنی کسی اور مٹھائی سے مشابہت دیکر بیان نہیں کر سکتا کیونکہ انسانوں کے پاس وہ مٹھائی ہے ہی نہیں۔ اس مٹھائی کو جنات اپنی زبان میں ڈبی کہتے ہیں۔ ڈبی وہ مٹھائی ہے جس میں دنیا کی قیمتی چیزیں ڈالی جاتی ہیں اور یہ مہنگی مٹھائی وہ خاص مواقع پر ہی بناتے ہیں۔ چونکہ صحابی بابا کا ختم القرآن تھا اور میں بطور خاص وہاں بلایا گیا تھا اس لئے انہوں نے بہت زیادہ اہتمام کیا اور ایسا اہتمام کہ میں اور آپ سوچ نہیں سکتے۔ ایک اور ختم القرآن میں مجھے جانا ہوا جو کہ حاجی صاحب کے بیٹے عبدالسلام کا تھا۔ عبدالسلام بھی صحابی بابا کی طرز پر قرآن پڑھتا ہے' جوان ہے زیادہ عمر نہیں ہے۔ جنوں کی کم عمر بھی دو ڈھائی صدی کی ہوتی ہے لیکن ڈیڑھ صدی' دو صدی' ڈھائی صدی کا جوان ہوتا ہے۔ عبدالسلام نے مجھے آیت دی کہ ختم القرآن میں سورۃ الناس کی آخری آیت مـــن الـجـنـة والـنـاس کی تفسیر بیان کروں۔ اللہ کے نام کی برکت سے جب میں وہ تفسیر بیان کرنے بیٹھا تو ایسی لذت ملی اور ایسے راز و رموز اور عقدے کھلے اور بے شمار جنات وہ باتیں لکھ رہے تھے' تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ میں نے اس کے تفسیری نکات فصاحت و بلاغت کے ساتھ بیان کیے۔ بعد میں وہ سب لکھا ہوا انہوں نے مجھے دکھایا جو کہ ماشاءاللہ چھپ کر جنات کی دنیا میں کتابی شکل میں بھی آچکا ہے۔ اس کا نام بھی انہوں نے "تفسیر من الجنۃ والناس" رکھا ہے۔ ساڑھے تین سو صفحات کی وہ کتاب بنی ہے۔ میں حیران ہوں کہ اللہ پاک نے اپنے خاص نام کی برکت سے میرا سینہ ایسے کھول دیا کہ میری عقل خود دنگ رہ گئی کہ میں حیران ہو گیا کہ کیا واقعی میں نے یہ بیان کیا؟

میں نے دو نفل شکرانے کے ادا کیے کہ اللہ تیرا شکر ہے' واقعی تو نے جب سینہ کھولنا ہوتا ہے تو ایسے ہی کھولتا ہے اور اللہ پاک نے میرا سینہ کھولا۔ ایک بات اسی مجمع میں مجھ تک پہنچی اور وہ یہ پہنچی کہ ہمارے اکثر جنات مدارس میں پڑھتے ہیں اور اکثر جنات ختم القرآن میں کسی اچھے اور متقی قاری کی تلاوت سننے ضرور جاتے ہیں' نماز تراویح میں جتنا زیادہ رش انسان نمازیوں کا ہوتا ہے اس سے ہزار گنا زیادہ ہجوم جنات کی قوم کا ہوتا ہے اور قوم جنات قرآن سننے میں عاشقانہ اور والہانہ انداز لیے ہوئے ہوتی ہے۔ کوئی مسجد ایسی نہیں ہوتی جس میں جنات قرآن نہ سنتے ہوں اور کوئی جگہ ایسی نہ ہوگی جہاں رمضان المبارک میں جنات قرآن نہ پڑھتے ہوں۔ وہ پڑھتے بھی بہت زیادہ ہیں' وہ سنتے بھی بہت زیادہ ہیں' وہ سمجھتے بھی بہت زیادہ ہیں۔ ان کے اندر تفسیری علوم (قرآن پاک کے متعلق) بہت زیادہ ہیں۔ ایک رمضان میں میں اپنے ایک خاص دوست کو جنات کے ختم القرآن میں لے گیا۔ انسان دوست میرے ساتھ اس اڑن سواری میں بیٹھے' خوفزدہ تھے' ڈر رہے تھے تو میں نے ان کے اوپر سانس روک کر سات دفعہ "**ولا یؤدہ حفظھما وھو العلی العظیم**" پڑھ کر دم کیا تب انہیں سکون آگیا جب انہوں نے وہاں کے کھانے کھائے' ختم القرآن کے مناظر دیکھے' سواری کو اڑتے' سواری کو اندھیرے کے پاتال سے نکلتے اور عجیب و غریب جنات کی خوفناک شکلوں کو دیکھا چونکہ میں ساتھ بیٹھا تھا اور میرا روحانی ہاتھ تھا اس لیے انہیں ہلکا سا خوف تو ہوا لیکن زیادہ خوفزدہ نہ ہوئے ورنہ تو عام آدمی کا ہارٹ فیل ہو سکتا ہے' اتنے زیادہ خوفناک مناظر ہیں' قلم کی دنیا میں بیان کرنا تو بڑی بات ان کیلئے قلم اٹھانا ہی بڑی بات ہے' وہ بیان سے باہر ہے اور انہوں نے جب کھانے کھائے تو حیران ہو گئے کہ ایسے کھانے تو دنیا میں ہیں ہی نہیں' مجھے کہاں سے مل گئے اور وہ کھائے جاتے تھے اور حیران ہوتے جاتے تھے۔ میں نے انہیں کہا کہ کھانا بس یہیں کھانا ہے اس کو ساتھ نہیں لے جانا۔ انہوں نے کھانا کھایا اور خوب جی بھر کے کھایا' پھر میں انہیں واپس لایا اور سختی سے تاکید کی کہ کسی سے تذکرہ نہ کرنا ورنہ تمہاری موت واقع ہو جائے گی کیونکہ اس طرح کے کئی واقعات میری آنکھوں کے سامنے آچکے ہیں اور واقعی انہوں نے کسی سے ابھی تک بیان نہیں کیا۔

یہ کائنات کا سربستہ راز ہے جو کچھ کچھ میں آپ کے سامنے بیان کر رہا ہوں' سارے بیان نہیں کر سکتا ایک تو اجازت نہیں' دوسرا میری یہی باتیں ہی بہت سے لوگوں کو ہضم نہیں ہو رہیں' برتن بہت چھوٹے ہیں' کیسے بیان کر سکتا ہوں۔ اس لیے سب سے بہتر چیز خاموشی اور سکون ہے جو کہ میرے مزاج کا حصہ ہے۔ رمضان کے کچھ معمولات آج کے صفحات میں میں نے آپ کے سامنے بیان کیے کہ رمضان المبارک جنات کے ہاں کیسے گزرتا ہے اور جنات رمضان المبارک سے کیسے استفادہ کرتے ہیں اور جنات رمضان المبارک کا والہانہ کیسے استقبال کرتے ہیں ان کی عید کی نماز میں بھی میں شامل ہوا' عید کیا تھی' نماز کیا تھی' واقعی ایک سماں تھا جس میں برکت' رحمت اور کرم کا دریا بہہ رہا تھا۔ ان کی نماز بہت طویل ہوتی ہے' میں اس میں شامل ہوا اور عید کے بعد ایک دوسرے کو طرح طرح کے کھانے اور میٹھی ڈشیں کھلاتے ہیں' ان کھانوں اور میٹھی ڈشوں کے اندر طرح طرح کے ذائقے اور خوشبوئیں ہوتی ہیں یہ پھر کبھی بیان کروں گا۔ اللہ پاک جل شانہٗ جنات کی طرح ہمیں بھی رمضان المبارک کا ادب اور احترام کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

رحم کی سوزش اور پھوڑے پھنسی کیلئے

میرے رحم کی سوزش ختم نہیں ہوتی تھی' میں نے بہت علاج کرائے لیکن افاقہ نہیں ہوا پھر ایک دیسی دوائی کالی گلیسرین اندر استعمال کرائی (طریقہ استعمال کسی مستند دائی سے پوچھیں) جس سے رحم کی سوزش ختم ہو گئی اللہ تعالیٰ نے صاحب اولاد کر دیا۔ ☆ اگر کسی کو پھوڑا پھنسی نکلے تو وہ اس جگہ پر نمک رگڑ لیں جب وہ پھوڑا ٹھیک نہ ہو تو دن میں ایک دو بار اور رگڑیں انشاءاللہ ضرور بضرور ٹھیک ہو جائیگا۔ **(پوشیدہ، بھکر)**

چوہے کے حیرت انگیز کارنامے

سونیا محمود، شیخوپورہ

جنگلی چوہے گھر بنانے کے فن میں پرندوں کی سی مہارت' کاریگری اور ذہانت کا ثبوت دیتے ہیں۔ یہ زمین کھود کر ایک دائرہ نما گھر بناتے ہیں جس میں گھاس پھوس کا بستر اور شاخوں کے گلدستے سجے ہوتے ہیں

کہتے ہیں ایک شخص انتہائی کنجوس تھا اس کے گھر میں چوہوں کی بہت زیادہ بہتات تھی۔ اس نے ایک چوہے دان لگایا اور اس میں اصلی پنیر کی بجائے اخبار سے تراشی ہوئی پنیر کی ایک تصویر رکھ دی۔ صبح جب وہ چوہے دان کے پاس گیا تو اس میں اصل چوہا تو کوئی بھی نہ تھا البتہ اخبار ہی سے کتری ہوئی چوہے کی ایک تصویر رکھی تھی۔ بعض دوسری کہانیوں اور کہاوتوں میں بھی چوہے کی ذہانت کا اعتراف ملتا ہے۔ مثلاً بلی سے نجات حاصل کرنے کیلئے چوہوں کی کانفرنس اور پھر اس کے گلے میں گھنٹی باندھنے کا تاریخی فیصلہ' یا پھر جال میں پھنسے ہوئی ہاتھی کی رسیاں کتر کر اسے آزاد کروانے کی سکیم' چوہے کی دماغی برتری کی پرانی حکایتیں ہیں' مگر دور جدید کے ماہرین نے نا صرف اس چھوٹے سے جانور کی عقل مندی کو تسلیم کیا ہے بلکہ یہاں تک کہا ہے کہ ذہانت اور چالاکی میں بہت کم جانور چوہے کا مقابلہ کر سکتے ہیں۔

ایک ماہر حیوانات کو جس نے چوہوں پر تحقیق شروع کر رکھی تھی کسی دوست نے بہترین قسم کا روغن زیتون سوغات کے طور پر بھیجا۔ یہ روغن بوتلوں میں بند تھا۔ ماہر حیوانات کو اسی دوران میں دو تین ماہ کیلئے کہیں باہر جانا پڑا۔ اس نے ساری بوتلیں اپنے سٹور میں رکھیں' تالہ لگایا اور چلا گیا۔ واپسی پر جب سٹور کھولا تو یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ ساری بوتلوں میں سے آدھا آدھا روغن زیتون غائب ہے۔ جب اس نے اس ''پر اسرار'' چور کے بارے میں تحقیق کی تو اس راز کا انکشاف ہوا کہ یہ سب کارستانی چوہوں کی ہے۔ پہلے تو چوہوں نے تیل دیکھ کر بوتلوں کے کارک کتر ڈالے' مگر بوتلوں کا منہ تنگ ہونے کی وجہ سے جب وہ تیل تک رسائی حاصل نہ کر سکے تو انہوں نے فوراً ایک نادر ترکیب سوچی۔ وہ اپنی دم بوتل میں ڈال دیتے تھے۔ جب وہ تیل میں تر ہو جاتی تو باہر نکال کر فوراً تیل چاٹ لیتے اور یہی عمل پھر شروع کر دیتے لیکن جب روغن بوتلوں میں نصف سے بھی کم رہ گیا تو دم نہ پہنچنے کی وجہ سے انہیں یہ کام چھوڑنا پڑا۔

لگے ہاتھوں ایک اور ماہر حیوانات کا قصہ بھی سن لیجئے جنہیں چوہوں کے ہاتھوں ایک حیران کن طریقے سے زک اٹھانا پڑی۔ ان صاحب نے بہت سی مرغیاں پال رکھی تھیں۔ انڈوں کو محفوظ رکھنے کے لیے انہوں نے کمرے کی چھت کے ساتھ ایک تھیلی لٹکا رکھی تھی۔ مرغیاں جتنے انڈے دیتیں یہ اس تھیلی میں ڈال دیتے۔ چار پانچ دن کے بعد انڈے نکال کر فروخت کر دیتے یا استعمال میں لاتے۔ ایک مرتبہ انہیں یہ دیکھ کر سخت حیرت ہوئی کہ انڈوں کی تعداد بڑھنے کی بجائے روز بروز گھٹتی جا رہی ہے۔ انہیں فوراً ایک نئے نوکر پر شک گزرا۔ بلا کر اس کی گوشمالی کی۔ چور ٹھہرایا۔ ڈرایا دھمکایا' لیکن جب اس نے قسمیں کھا کھا کر اپنی بے گناہی کا یقین دلا دیا تو انہوں نے اس چور کو پکڑنے کا ارادہ کر لیا اور جاسوسی کی غرض سے سٹور میں چھپ کر بیٹھ گئے۔ دم سادھ لیا اور نگاہیں دروازے پر مرکوز کر دیں۔ اچانک تھیلی میں سے دو انڈے اچھلے اور دھڑام سے زمین پر گر کر ٹوٹ گئے۔ ابھی وہ اس حیرت انگیز واقعے کو سمجھنے بھی نہ پائے تھے کہ سٹور کے مختلف کونوں سے بے شمار چوہے نمودار ہوئے اور بڑے اطمینان سے انڈوں کو چاٹنے لگے حتیٰ کہ انہوں نے چھلکے کا ایک ریزہ تک فرش پر باقی نہ رہنے دیا۔ ہوتا یوں تھا کہ دو تین دلیر قسم کے چوہے سٹور میں رکھی ہوئی بوریوں کے ذریعے اس رسی تک پہنچ جاتے جس کے ساتھ تھیلی لٹکتی تھی۔ اس کے بعد وہ آسانی سے تھیلی میں داخل ہو جاتے اور اپنی برادری کی لذت کام و دہن کی خاطر انڈے نیچے گرا دیتے تھے۔

اگر چہ چوہا اپنی روایتی بزدلی کیلئے مشہور ہے' تاہم اکثر اوقات دیکھا گیا ہے کہ یہ انسان سے بہت جلد مانوس ہو جاتا ہے۔ اگر اسے کچھ سکھانے کی کوشش کی جائے تو باقاعدہ تعاون کرتا ہے۔

دودھ پلانے والے جانور پرندوں کی طرح اپنا گھر بنانے کے سلسلے میں اتنے مشاق اور ہنرمند نہیں ہوتے' لیکن چوہے کا معاملہ دوسرا ہے جنگلی چوہے گھر بنانے کے فن میں پرندوں کی سی مہارت' کاریگری اور ذہانت کا ثبوت دیتے ہیں۔ یہ زمین کھود کر ایک دائرہ نما گھر بناتے ہیں جس میں گھاس پھوس کا بستر اور شاخوں کے گلدستے سجے ہوتے ہیں اگر اتفاق سے یہ گھر نہر کے قریب ہو تو پار جانے کیلئے نہر کے نیچے سے سرنگ لگا کر راستہ بنانے سے بھی نہیں چوکتے۔ اس درجہ کی ذہانت دوسرے چھوٹے جانوروں میں مفقود ہے۔

بائیں ہاتھ کا استعمال

یہ وہ گناہ بےلذت ہے جس کا کوئی فائدہ نہیں اور دین کا نقصان ہی نقصان ہے جبکہ دائیں ہاتھ سے کھانا اور پینا باعث برکت اور باعث ثواب بھی

آج کل مغربی تہذیب کی نحوست نے ہمیں جن برائیوں میں مبتلا کر دیا ہے ان میں سے ایک بائیں ہاتھ سے کھانا اور پینا ہے۔ یہ وہ گناہ بےلذت ہے جس کا کوئی فائدہ نہیں اور دین کا نقصان ہی نقصان ہے جبکہ دائیں ہاتھ سے کھانا اور پینا باعث برکت بھی ہے اور باعث ثواب بھی۔ کھانے پینے کی لذت میں ادنیٰ سا فرق بھی نہیں پڑتا اور مفت کا ثواب حاصل ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں چند احادیث طیبہ پیش ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اس کا دھیان رکھنے کی توفیق سے نوازیں۔ آمین!

☆حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ حتی الامکان اپنے تمام (عمدہ) کاموں میں دائیں جانب کو پسند فرماتے تھے' وضو کرنے' کنگھی کرنے میں اور جوتا پہننے میں۔

☆حضرت حفصہ رضی اللہ عنہا جو ازواج مطہرات میں سے ہیں فرماتی ہیں کہ رسول اللہ ﷺ جب اپنے بستر پر تشریف لیجاتے تو اپنے دائیں ہاتھ پر لیٹتے اور آپ ﷺ کا دایاں ہاتھ کھانے' پینے' وضو کرنے' کپڑے بدلنے اور لینے دینے کیلئے تھا اور بایاں ہاتھ دوسرے کاموں کیلئے۔ ☆حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا ''جب تم میں سے کوئی کھائے تو اسے اپنے دائیں ہاتھ سے کھانا چاہیے اور جب پیے تو اسے اپنے دائیں ہاتھ سے پینا چاہیے۔

☆حضرت عمر بن ابی سلمہ رضی اللہ عنہ جو رسول اللہ ﷺ کے ربیب پروردہ اور آپ ﷺ کی اہلیہ محترمہ حضرت ام سلمہ رضی اللہ عنہا کے صاحبزادے تھے' فرماتے ہیں کہ میں (بچپن میں) رسول اللہ ﷺ کی زیر پرورش تھا' (ایک بار) میرا ہاتھ (کھانے کے دوران) تھال میں چاروں طرف گھوم رہا تھا تو آپ ﷺ نے فرمایا: اے لڑکے! بسم اللہ پڑھا کرو' اپنے دائیں ہاتھ سے کھایا کرو' اور اپنے سامنے سے کھایا کرو۔

☆حضرت جرہد رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ وہ نبی ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے کھانا سامنے تھا' حضرت جرہد رضی اللہ عنہ کا دایاں ہاتھ زخمی تھا اس لیے انہوں نے بایاں ہاتھ کھانے کیلئے بڑھایا تو رسول کریم ﷺ نے اس پر پھونک ماری دایاں ہاتھ درست ہوگیا اور پھر مرتے دم تک اس ہاتھ میں شکایت نہ ہوئی۔ (صفحہ نمبر 63)

(مزید ایسے اصلاحی اور روحانی واقعات حاصل کرنے کیلئے 'معرفت کے متلاشی' کتاب کا مطالعہ کریں)

اس ماہ کا دکھی خط

فراڈیوں نے سب کچھ لوٹ لیا

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

جناب حکیم صاحب السلام علیکم! میں عبقری شوق کے ساتھ پڑھتا ہوں اور اس کے وظائف بھی۔ میں ایک بہت بڑی پریشانی میں الجھ گیا ہوں میں نے ایک کریم خریدی تھی۔ جو لوگ گھر گھر جا کر دیتے ہیں اور بھول گیا۔

پانچ ماہ بعد مجھے فون آیا کہ تمہاری گاڑی نکلی ہے' میں بہت خوشی ہوا کہ میں نے حق حلال کے پیسوں سے خریدی تھی خدا نے مجھے یہ انعام دیا مگر وہ خوشی میرے لیے ایک دن کی تھی۔ انہوں نے کہا ہم کراچی سے گاڑی لوڈ کر رہے ہیں 25 ہزار کرایہ بھیج دو ہم نے جیسے تیسے کر کے 25 ہزار بھیج دیئے۔ انہوں نے کہا جمعہ کے روز تمہیں گاڑی مل جائے گی۔

پھر انہوں نے تین روز کے بعد کہا کہ گاڑی والوں نے گاڑی پکڑ لی ہے وہ کہتے ہیں کہ انعام کی گاڑی پر کسٹم ہوتا ہے ہمارے پاس کچھ پیسے تھے کچھ کہیں سے لیے 85 ہزار انہوں نے لے لیے ان کے اکاؤنٹ نمبر ہمارے پاس ہیں اور نام بھی اور مجھے بعد میں پتا چلا کہ یہ سب فراڈ ہے۔

ہمارے پاس اکاؤنٹ نمبر بھی موجود ہیں' میں نے بڑی بھاگ دوڑ کی لیکن میرے پاس ثبوت نہ ہونے کی وجہ سے کسی نے بھی میری کوئی مدد نہ کی۔ پھر کسی نے مجھے پنڈی میں کسی عامل کا نمبر دیا جو پنڈی میں ہیں میں نے ان سے رابطہ کیا وہ مجھے پڑھنے کیلئے بتاتے رہے۔ وہ کہنے لگے واقعی ہی آپ کی گاڑی نکلی ہے اور چھ لوگ اس میں شامل ہیں' اتنے ہی شامل تھے میں نے کہا ٹھیک بتا رہے ہیں۔ وہ مجھے کچھ پڑھنے کیلئے بتاتے رہے کچھ دن کے بعد انہوں نے بھی بلیک میل کرنا شروع کر دیا۔ اور کہتا کہ اب میں نے مؤکل کو کچھ کھانے کیلئے دینا ہوتا ہے جب ہم حاضر کرتے ہیں اس طرح اس نے مجھ سے 35 ہزار لیے وہ مجھے معلوم ہے' وہ میں نے کیسے اسے ادا کیے۔

میں نے اسے اپنے حالات بتائے کہ میں ایک کمرے میں رہتا ہوں میرے پاس اتنے پیسے نہیں ہیں اگر ہوتے تو میں کمرہ نہ بنالیتا۔ پھر اس نے کہا تین تولے سونا بھی دو اور تصویر بھی جن سامنے رکھ کر پڑھائی کریں گے۔ میں نے کہا میرے پاس سونا نہیں ہے' میں کہاں سے لاؤں؟ آپ میرا کام نہ کریں' لیکن اس نے مجھے ڈرانا شروع کر دیا' تمہارے بیوی' بچے اور تم مصیبت میں آجاؤ گے اگر سونا نہ دیا تو تمہارے دروازے پر مؤکل کا پہرہ ہے۔ چاہے کسی سے لے کر دو یہ امانت ہے جسے پڑھائی ختم ہوتے ہی واپس کر دیا جائے گا۔ ہم کروڑوں کا کام کرتے ہیں ہم تین تولے پر اپنا ایمان خراب کریں گے؟

اتنا ڈرایا اتنا ڈرایا کہ میں نے اپنی بیوی کی شادی کی چوریاں جو بچی کیلئے رکھی ہوئی تھی خدا پر بھروسہ کر کے اسے دیں۔ اس کے بعد اس نے اپنا فون نمبر بند کر دیا۔ میں نے اپنی بیوی کو اور بچوں کو بھی نہیں بتایا کہ کیا ہوا ہے؟ میرے بیوی پہلے ہی ڈیپریشن کی مریضہ ہے اب تو میں مقروض بھی ہو چکا ہوں' ہاتھ میرا بہت تنگ ہے بس اندر ہی اندر گھولتا رہتا ہوں۔ میں نے دوانمول خزانے اور درود شریف پڑھنا شروع کیا ہوا ہے کہ خدا غیب سے میری مدد کردے اور تمام چیزیں راز داری سے واپس آجائیں۔ کبھی کسی مانگنے والے کو خالی نہیں لوٹایا۔ اپنی حیثیت کے مطابق دیا۔

استغفار بھی پانچ سو دفعہ روزانہ پڑھتا ہوں' معلوم نہیں کیا غلطی ہوئی کہ اللہ نے مجھے اس آزمائش میں ڈال دیا۔ مجھے یقین ہے کہ وہی اپنے کلام کے ذریعے مجھے اس آزمائش سے نکالے گا۔ پہلے تہجد بھی پڑھتا تھا لیکن جب سے یہ واقعہ ہوا ہے تہجد کے وقت میں نہیں اٹھ سکتا۔

پریشانی کی وجہ سے جسم میں کمزوری رہتی ہے جسے میں بیمار ہوں' کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ میری دعائیں قبول ہوں اور میری تمام چیزیں مجھے مل جائیں راز داری کے ساتھ اور میری بیوی کے کڑے بھی واپس مل جائیں۔

میرا وعدہ ہے کہ میں کسی کیلئے کبھی بددعا نہیں کروں گا۔ آپ اور علامہ لاہوتی صاحب میری مدد کریں۔ آپ نے اس مہینے برکت والی تھیلی کا وظیفہ دیا ہے وہ میں صبح و شام تھیلی پر پڑھتا ہوں۔ حکیم صاحب میری عبقری کے وساطت سے قارئین سے گزارش ہے کہ براہ مہربانی کبھی بھی ان دھوکے بازوں کے فریب میں نہ آئیں' میں نے ان کی باتوں میں آکر اپنا سب کچھ لٹا دیا ہے۔

(قارئین الجھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

اطباء کے حیرت انگیز کارنامے

ماریہ کریم' لاہور

بقراط کو ایک یونانی بادشاہ نے علاج کیلئے بلایا اور اس کا امتحان لینے کی غرض سے بیل کا پیشاب اس کے پاس بھیجا اور پوچھا کہ اس کو کیا شکایت ہے؟ بقراط نے دیکھتے ہی کہا کہ مریض چارے اور دانے کی کمی کی شکایت کر رہا ہے۔ بادشاہ بقراط کی اس تشخیص سے بہت خوش ہوا

ایک دن اسقلی بیوس عبادت الٰہی میں مشغول تھا اس کے پاس ایک حاملہ عورت اپنے شوہر کے ساتھ آئی اور پیدا ہونے والے بچے کے متعلق دریافت کرنے لگی۔ اسقلی بیوس نے کہا کہ جب تمہارا شوہر عبادت کر رہا تھا اسی درمیان تم نے بدکاری کی تھی یہ اس کی سزا ہے کہ تمہارا پیدا ہونے والا بچہ بدشکل ہوگیا۔ چنانچہ جب اس عورت کے بچہ پیدا ہوا تو اس کے دونوں ہاتھ سینے میں گھسے ہوئے تھے۔

چارے اور دانے کی کمی

بقراط کو ایک یونانی بادشاہ نے علاج کیلئے بلایا اور اس کا امتحان لینے کی غرض سے بیل کا پیشاب اس کے پاس بھیجا اور پوچھا کہ اس کو کیا شکایت ہے؟ بقراط نے دیکھتے ہی کہا کہ مریض چارے اور دانے کی کمی کی شکایت کر رہا ہے۔ بادشاہ بقراط کی اس تشخیص سے بہت خوش ہوا اور اسے کافی انعام واکرام سے نوازا۔

گرمی سے علاج

افلاطون کے استاد کے پاس ایک مریض آیا۔ اس کے سر پر ہزار پایہ چمٹا ہوا تھا۔ استاد نے چمٹی سے پکڑ کر اسے علیحدہ کرنا چاہا مگر افلاطون نے اسے ایسا کرنے سے منع کیا اور کہا کہ اس عمل سے سر کی جلد بھی ہزار پایہ کے ساتھ اکھڑ کر چلی آئے گی۔ پھر اس نے ایک ترکیب بتائی کہ پہلے اس کو آگ کی حرارت پہنچائیں گرمی کی وجہ سے یہ اپنی جگہ چھوڑ دے گا پھر اس کو چمٹی سے پکڑ کر الگ کرلیں چنانچہ اس کی اس تدبیر پر عمل کیا گیا جس سے مریض کو اس مصیبت سے نجات مل گئی۔

قلب کی دھڑکن سے تشخیص

مشہور یونانی حکیم ارسطو نے انٹی کولس نام کے ایک شہزادے کو دیکھا جو بغیر کسی سبب کے روز بروز کمزور ہوتا جارہا تھا۔ ارسطو کو مرض عشق کا شبہ ہوا۔ اس نے شاہی محل کی تمام خواتین کا نام لیا اور خود مریض کے قلب پر ہاتھ رکھے رہا۔ جب شہزادے کی خوشدامن کا نام لیا گیا تو اس کا دل یکایک زور زور سے دھڑکنے لگا۔ طبیب نے تشخیص کی کہ یہ اپنی خوشدامن کے عشق میں گرفتار ہے۔

آواز کے زائل ہونے کا علاج

جالینوس کے پاس ایک مریض آیا جس کی گردن میں گٹھی نکل آئی تھی کسی جراح نے اسے نکال دیا جس سے گٹھی تو ٹھیک ہوگئی لیکن آواز بیٹھ گئی اور بھوک بھی بند ہوگئی جالینوس نے اچھی طرح معائنہ کیا اور گردن میں کچھ گرم دواؤں کا لیپ کرایا جس سے چند دنوں میں مریض ٹھیک ہوگیا۔ جالینوس نے اس کی وجہ یہ بتائی کہ گردن کے قریبی اعصاب میں سردی کا اثر پہنچ گیا تھا اسی لیے آواز بیٹھ گئی تھی گرمی کے پہنچنے سے یہ اثر دور ہوگیا اور آواز ٹھیک ہوگیا۔

شانے کی چوٹ سے انگلیاں بے حس

ایک شخص کو گھوڑے سے گرنے پر جسم کے مختلف مقامات اور خاص کر دونوں شانوں کے درمیان کافی چوٹ آگئی' علاج کرنے پر چوٹ تو ٹھیک ہوگئی مگر اس کی دونوں ہاتھ کی انگلیوں کی حس ختم ہوگئی۔ اطباء وقت نے انگلیوں میں خارجی دوائیں لگوائیں مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ آخر میں جالینوس کی طرف رجوع کیا گیا جالینوس نے حالات معلوم کیے اور کہا کہ انگلیوں کے پٹھے ان کی جڑوں اور ان کے مبداء کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔ چنانچہ اس نے ایک مرہم دیا اور ہدایت کی کہ اس کو دونوں شانوں کے درمیان چوٹ کے مقام پر لگایا جائے مریض نے ایسا ہی کیا جس سے اس کی تکلیف دور ہوگئی اور قوت حس دوبارہ لوٹ آئی۔

مسافران آخرت

شیخ منیر حسین صاحب جو کہ حضرت حکیم صاحب کے سب سے پہلے بیعت ہونے والے اور انتہائی ذاکر وشاغل شخص تھے۔ ایسا ذکر جو انسانی عقل میں نہ آسکے اللہ کی توفیق سے کرتے تھے۔ کم وبیش سوا دو ارب بار درود شریف اور ڈیڑھ ارب کے قریب سورۂ اخلاص پڑھ چکے تھے اور دوسرے معمولات اور تسبیحات اس کے علاوہ تھے۔ رمضان کے مقدس مہینے میں قضائے الٰہی سے وصال فرما گئے ہیں۔

تایا جی احمد حسن صاحب جنہوں نے سب سے پہلے بچپن میں حضرت حکیم صاحب کو ایمان' اعمال کی زندگی کی طرف راغب کیا انتہائی دیندار اور متقی شخص تھے۔ وہ بھی رمضان المبارک کے آخری عشرے میں قضائے الٰہی سے وصال فرما گئے ہیں۔

حکیم کے قریبی ساتھی فاروق احمد بھٹی کے بہنوئی کرنل نصیر احمد ستی وفات پاگئے ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَا مَالِکَ الْمُلْکِ کا ورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ" آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں" یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپ کو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! مجھے عبقری چند ماہ پہلے ایک سٹور سے ملا میں نے ایسے ہی اٹھا کر پڑھنا شروع کردیا۔ مجھے رسالہ اتنا اچھا لگا کہ میں نے فوراً وہاں سے خریدا اور گھر آکر ایک ہی نشست میں پورا رسالہ پڑھ ڈالا۔ میں نے آج تک اس سے زبردست کوئی رسالہ نہیں پڑھا۔ حکیم صاحب اس میں بہت زبردست روحانی اور جسمانی ٹوٹکے ہیں جس سے مخلوق خدا فائدہ اٹھا رہی ہے۔ پچھلے تین چار سالوں سے ہماری فصل اچھی نہیں ہو رہی تھی جس کی وجہ سے ہم بہت زیادہ پریشان تھے۔ میں نے مراقبے کا عمل پڑھا اور ساتھ اس سے فیض پانے والے واقعات بھی پڑھے تو میں نے یقین اور توجہ کے ساتھ مراقبے کا عمل کرنا شروع کردیا۔ ہم نے گندم کی بوائی کی ہوئی تھی میں روزانہ مراقبے کا عمل کرتا اور خلوص دل کے ساتھ دعا کرتا۔ مراقبے سے یہ تبدیلی آئی کہ ہم نے صرف ایک ایکڑ گندم کاشت کی تھی اللہ تعالیٰ نے ماشاءاللہ اس میں خلاف توقع بہت زیادہ برکت ڈالی۔ **(ندیم اصغر' گوجرانوالہ)**

خوشبو سے پیچیدہ امراض علاج

احمد خاں خلیل

ایک اور فرانسیسی معالج ڈاکٹر والنے خوشبودار تیلوں کو نہ صرف جلدی امراض بلکہ پریشانی اور بے خوابی جیسے عوارض کیلئے استعمال کرنے لگا۔ والنے جنگ عظیم دوم میں فوج میں سرجن تھا۔ وہ جسم کے جلے ہوئے حصوں اور دیگر زخموں کا علاج لونگ' پودینے اور کیمولا کے تیلوں سے کرتا رہا

دنیا کے مختلف ممالک اور مختلف ثقافتوں میں کئی متبادل طریق ہائے علاج رائج ہیں لیکن امراض ہیں کہ بڑھتے جارہے ہیں اور پیچیدہ سے پیچیدہ ہوتے جارہے ہیں۔ سرطان اور مرض قلب تو قاتل ہیں۔ فالج (اسٹروک) معذور کردینے والا ہے۔ ذیابیطس مختلف امراض کی ماں ہے جہاں تک سائنسی معلومات اور شہادتوں کا تعلق ہے متبادل علاج ان قاتل اور معذور کردینے والے اور زندگی بھر وبال جان بن جانے والے جلدی امراض کو جڑ سے نہیں اکھاڑ سکتے تاہم وہ دردوں اور بعض دیگر تکلیفوں میں افاقہ لاتے ہیں۔ ایک مریض کیلئے عارضی افاقہ بھی بڑی بات ہے۔ انہی متبادل طریق ہائے علاج میں سے ایک خوشبوؤں سے علاج کا طریقہ بھی ہے۔

خوشبوئیں اتنی ہی پرانی ہیں جتنا کہ انسان۔ ہم سب کو معلوم ہے کہ بعض خوشبوئیں دل کو فرحت پہنچاتی ہیں تو بعض دماغ کو معطر بنا کر تحریک دیتی ہیں۔ بعض خوشبودار تیلوں کی مالش فائدہ پہنچاتی ہے بعض خوشبوئیں جنہیں ہمارے باپ دادا یا دادی نانی استعمال کرتی ہیں ہمارے ذہن میں آباؤ اجداد کی یاد تازہ کرتی ہیں۔ مشہور ماہر نفسیات فرائڈ کا خیال تھا کہ شہری زندگی ہمیں پھولوں اور جڑی بوٹیوں کی خوشبوؤں سے محروم کردیتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ شہروں میں خلل دماغ کی تکلیف عام ہوتی ہے۔

خوشبو مذہبی رسومات میں بھی استعمال ہوتی ہیں لوگوں کے بڑے بڑے اجتماعات میں جہاں طرح طرح کی ناخوشگوار بوئیں ہوتی ہیں ان پر قابو پانے کیلئے بھی لوگ خوشبوئیں استعمال کرتے ہیں بعض پودوں کی بو مچھروں کو بھگاتی ہے۔

تاہم جدید دور میں 1920ء کا عشرہ اس لیے اہم ہے کہ اس میں بعض خوشبوؤں کا طبی نگہداشت سے تعلق قائم ہوگیا۔ ہوا یہ کہ ایک فرانسیسی کیمیا داں رینے موریس گانے فوس ایک فیکٹری میں کام کرتا تھا۔ اس کا ہاتھ بہت جل گیا۔ وہاں کوئی علاج دستیاب نہیں تھا۔ اس نے اپنا ہاتھ خالص لیونڈر کے تیل میں ڈال دیا۔ وہ یہ دیکھ کر حیران ہوگیا کہ درد اور سرخی جلد دور ہوگئی۔ گانے فوس نے بتایا کہ چند گھنٹوں میں اس کے ہاتھ کی جلد زخم کے نشان کے بغیر ٹھیک ہوگئی۔ اس نے اپنی سوچ کے مطابق شفابخشی کی وجہ لیونڈر کے تیل کی مانع عفونت خاصیت کو قرار دیا۔ اس کے بعد اس نے کئی تیلوں کو جلد کی مختلف تکلیفوں میں استعمال کرکے دیکھا بعض میں اسے شفاء کے شواہد بھی ملے۔

ایک اور فرانسیسی معالج ڈاکٹر والنے خوشبودار تیلوں کو نہ صرف جلدی امراض بلکہ پریشانی اور بے خوابی جیسے عوارض کیلئے استعمال کرنے لگا۔ والنے جنگ عظیم دوم میں فوج میں سرجن تھا۔ وہ جسم کے جلے ہوئے حصوں اور دیگر زخموں کا علاج لونگ' پودینے اور کیمولا کے تیلوں سے کرتا رہا۔ اس نے یہ بھی معلوم کیا کہ بعض خوشبوئیں نفسیاتی عوارض میں افاقہ لاتی ہیں۔ اس نے مشہور کتاب خوشبوؤں سے علاج کی تصنیف کی۔

فرانس خوشبو سازی کا مرکز چلا آتا ہے۔ یہاں جڑی بوٹیوں اور پودوں کے چالیس تیل تیار ہوتے ہیں۔ بعض اسپرے کیے جاتے ہیں' بعض مالش کیلئے استعمال ہوتے ہیں' بعض گرم یا ٹھنڈی پٹیاں رکھنے کیلئے استعمال کیے جاتے ہیں۔ بعض تیل جن کی تعداد کم ہے دوا کے طور پر بھی استعمال کیے جاتے ہیں۔ صنعت خوشبو سازی اور طبی خوشبو سازی الگ الگ چیزیں ہیں۔ سینٹ' عطر وغیرہ جیسی چیزوں کا مقصد یہ ہے کہ آدمی کے جسم سے خوشگوار بو آئے۔

خوشبوؤں سے علاج کرنے والے کہتے ہیں کہ خوشبو کے سماجی فوائد کے علاوہ خوشبو آدمی کے مزاج کو بہتر بنا کر صحت کی بہتری کا کردار ادا کرتی ہے۔ کچھ تیل دردوں کو آرام پہنچاتے ہیں یا تحریک دیتے ہیں اور طاقت پیدا کرتے ہیں۔ اس طرح خوشبو جسمانی افعال کو فائدہ پہنچاتی ہے' مثلاً نبض اور بلڈ پریشر کو۔ لونگ' روزمیری' لیونڈر اور پودینہ منہ کے لعابی غدود کو تحریک دیتے ہیں۔ کافور' وج' زوفا کے تیل قلب اور گردش خون کیلئے مفید ہیں۔ بعض خوشبوئیں لمف بے نالی کے غدودوں اعصاب اور نظام بول کو متاثر کرتی ہیں۔ اترنج (لیموں کی ایک قسم) لیونڈر اور دیودار کی بعض اقسام دافع عفونیت خواص پائے جاتے ہیں۔ یہ تیل بعض جلدی امراض میں لگائے جاتے ہیں۔ چشم گاؤ کا تیل خراشوں کے دردوں میں استعمال ہوتا ہے۔ خوشبوؤں سے علاج زیادہ تر فرانس میں ہے امریکہ میں اب اس کا استعمال بڑھ رہا ہے۔

خوشبودار تیلوں کا استعمال مالش

عام طور پر عضلے کی موچ اور درد کیلئے اختیار کی جاتی ہے۔ ایک قسم کی سمندر سوکھ ساج اور لیونڈر کے تیل کو بادام کے تیل میں ملا کر استعمال کیا جاتا ہے۔ ایک بڑے چمچے تیل میں پانچ قطرے خوشبو کے کافی ہوتے ہیں۔ مالش کے بعد فوراً دھوپ میں نہیں جانا چاہیے۔

خوشبو بدن کو کس طرح متاثر کرتی ہے؟

ہماری ناک میں ایسے حساس اعصاب ہوتے ہیں جو خوشبو یا بدبو دونوں سے فوری طور پر متاثر ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ بدبو یا خوشبو کو وصول کرتے ہیں اس لیے ان کو وصول کنندہ یا آخذ کہا جاتا ہے۔ یہ باریک بالوں کی طرح کے آخذ اعصاب گھس کر ختم بھی ہوجاتے ہیں لیکن بوڑھوں میں زیادہ دیر لگتی ہے۔ آخذ اعصاب خوشبو یا بدبو کا پیغام دماغ تک پہنچاتے ہیں۔ دماغ ہی میں یادداشت' جذبات اور جنس کے مقامات ہوتے ہیں۔ خوشبو یا بدبو ہمارے اندر محبت' نفرت' شہوت' پریشانی اور غم کو برانگیختہ کرسکتی ہے اور یہ کیفیات ہماری نبض' فشار خون' تنفس اور شاید دفاعی نظام کو متاثر کرسکتی ہے۔ یہ عمل سنگین امراض میں شفاء بخشی کا باعث نہیں بن سکتی۔

خوشبوؤں سے علاج کے علم برداروں کے دعوے

خوشبوؤں سے علاج کے ماہرین و معالجین کا دعویٰ ہے کہ خوشبوؤں میں جراثیم کو ہلاک کرنے کی صلاحیت پائی جاتی ہے۔ مثلاً صندل کا تیل ورم حنجرہ (حلق میں آواز پیدا کرنے والے حصے میں ورم) میں مفید ہے یا یہ کہ دارچینی اور سفیدے میں جراثیم کو ہلاک کرنے کی طاقت ہے۔

جوڑوں کا ورم: جوڑوں کے ورم اور درد میں جوڑوں پر لونگ' دارچینی' صحرائی پودینہ اور سفیدے کا تیل ملنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

بعض مطالعات کے نتائج: جو معمر لوگ نیند کیلئے نیند لانے والی دوا کی بہت سی گولیاں استعمال کرتے تھے' ان کے سونے کے کمرے میں جب لیونڈر کی خوشبو بکھیر دی گئی تو وہ بچوں کی طرح مزے سے سوتے رہے۔ لیونڈر کی خوشبو خواب آور تاثیر کیلئے مشہور ہے۔

جریان' احتلام' لیکوریا سے مکمل نجات

گوند چھوہارہ ایک تولہ' موصلی سفید ایک تولہ پہلے ایک کلو دودھ میں گوند ڈالیں اور اس کو پکائیں نصف رہنے پر اتار لیں اور موصلی کا سفوف ڈال کر رکھ دیں' جب نیم گرم ہوجائے تو پی لیں ایک ہفتہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ جریان' احتلام' لیکوریا سے مکمل نجات ہوگی۔ **(یونس قادری ٹنڈو آدم)**

ڈینگی کا سستا گھریلو علاج

قارئ عبقری کیلئے ڈینگی کی وباء کے پیش نظر یہ مضمون دوبارہ شائع کیا جارہا ہے

(ڈاکٹر شاہین رشید اسسٹنٹ پروفیسر ''کینسر سپیشلسٹ'' گنگارام ہسپتال لاہور)

ڈینگی بخار کی وباء آج کل پورے ملک میں عام ہے اور لوگ اس وائرس سے شدید خوفزدہ ہیں اس کے سستے اور قدرتی علاج کیلئے ماہر ڈاکٹر نے اپنی آزمودہ تحریر عبقری کے قارئین کیلئے ارسال کی ہے۔

قارئین! نظام قدرت کچھ یوں ہے کہ خاک میں بھی شفاء کے عناصر مضمر ہیں اسی لیے حکم جستجو کا ہے تاکہ ان پوشیدہ رازوں سے پردہ اٹھایا جاسکے۔ قدرت کا ایک ایسا ہی راز شفاء پپیتے کے درخت کے پتوں میں پنہاں ہے۔ پپیتے کا درخت ایک عجیب احساس تفاخر لیے بنا کسی خم کے آسمان کی طرف بلند ہوتا ہے تو اس کے پتے بھی نشو ونما کے مختلف مراحل سے گزرتے ہیں۔ خوبصورت کٹاؤ والے یہ پتے اپنے اندر عجیب شفائی خصوصیات رکھتے ہیں ان میں سے ایک تحریر آپ کی نظر ہے۔

شکیل صاحب ایک مقامی کالج میں پڑھاتے ہیں گزشتہ برس انہیں بھی ڈینگی بخار نے آلیا' وہ انتہائی خوفزدہ اور پریشان تھے میں نے اپنے استاد محترم جناب پروفیسر ڈاکٹر عابد علی صاحب سے ذکر کیا تو انہوں نے انتہائی شفقت سے فرمایا کہ انہیں پپیتے کے پتے پلائیں۔ پروفیسر صاحب سے اگرچہ تفصیل سے گفتگو نہ ہوسکی لیکن میں نے اپنے خاوند کو بتادیا کہ انہیں پپیتے کے پتے کا قہوہ پلایا جائے اس سے ان کے Platelets زیادہ ہوجائیں گے۔ کچھ دن کے استعمال کے بعد ان کے Platelets زیادہ ہونے لگے تو انہوں نے بتایا کہ ایک سال پہلے ان کے خاندان میں بہت سے افراد ڈینگی بخار کا شکار ہوگئے تھے اور Platelets کی کمی کی وجہ سے زیادہ خون بہنے سے دولوگ تو اللہ کو پیارے ہوگئے تھے لیکن خدا کا شکر کہ قدرت کے اس تحفے نے انہیں ایک نئی زندگی عطا فرمائی (الحمدللہ)۔

اس کے چند دن کے بعد میرے خاوند بھی ڈینگی بخار میں مبتلا ہوگئے کیونکہ وہ خود بھی ڈاکٹر ہیں پہلے ہی دن (تیز بخار اور جسم کی شدید دردوں کی وجہ سے) خون کا نمونہ ٹیسٹ کروانے کیلئے بھیج دیا۔ رپورٹ میں Platelets اور خون کے سفید ذرات دونوں کم ہوچکے تھے۔ اسی دن پپیتے کے پتے منگوا کر ان کو قہوہ شروع کروایا۔ پیراسیٹامول اور معدے کی سوزش کی حفاظتی دوا کے ساتھ چھ دن کے اندر نہ صرف بخار اتر گیا بلکہ خون کے تمام ذرات بھی نارمل ہوگئے۔

اکتوبر کے مہینے میں میرے بیٹے کو تیز بخار ہوگیا۔ جسم کی شدید دردوں اور دوسری علامات نے ڈینگی بخار کا اشارہ دیا۔ پہلے ہی دن خون کے نمونے میں پلیٹ لٹس ایک لاکھ تک گر گئے۔ (ایک صحت مند انسان کے خون میں پلیٹ لٹس کی تعداد ڈیڑھ سے چار لاکھ تک ہوتی ہے۔) اور سفید ذرات بھی 2000/cmm تک ہوگئے جبکہ نارمل تعداد چار ہزار سے گیارہ ہزار تک ہوتی ہے۔ پلیٹ لٹس جسم سے چوٹ' زخم و آپریشن وغیرہ کی صورت میں خون کے زیادہ بہاؤ کو روکتے ہیں اور اگر ایک خاص حد تک کمی واقع ہوجائے تو معمولی زخم بھی جان لیوا ثابت ہوسکتا ہے۔ اسی طرح خون کے سفید ذرات جنہیں خون کی رپورٹ میں W.B.C3 یا TLC کے ساتھ لکھا جاتا ہے کی کمی بھی مختلف قسم کے انفیکشنز کو جنم دیتی ہے۔ میں شفائے مدینہ کی خصوصیات اور افادیت سے بخوبی واقف ہوں۔ اسی دن شفائے مدینہ کا قہوہ اور پپیتے کے پتے استعمال کروانے شروع کیے۔ اس مرتبہ تجربے کی روشنی میں پپیتے کے پتے کا قہوہ بنانے کی بجائے کچھ پتے اچھی طرح دھو کر تھوڑے سے پانی میں Blend کرکے اس کا خالص عرق نکالا اور بیٹے کو دیا۔ ہر چھ گھنٹے کے بعد دو بڑے چمچ دینے سے نتیجہ انتہائی حیرت انگیز اور خوشگوار رہا اور چوتھے ہی دن بیٹے کا نہ صرف بخار اتر گیا بلکہ پلیٹ لٹس بھی 175,000/cmm ہوگئے اور الحمدللہ پانچویں دن امتحان دینے کے بھی قابل ہوگیا۔ (اللہ شافی) قہوہ بھی پلاسکتے ہیں ہر 2 گھنٹے کے بعد ایک کپ۔

اب اپنا ذاتی تجربہ بیان کرتی ہوں۔ بیٹے کے بخار کے چند دن بعد مجھے بھی تیز بخار ہوگیا۔ دس گھنٹے کی شدید دردوں کے ساتھ ہونے والے 103^{o} F نے پہلے ہی دن ڈینگی بخار کا پتہ دے دیا چوبیس گھنٹوں کے اندر خون کے سفید ذرات آدھے سے کم رہ گئے اور پلیٹ لٹس 102,000/Cmm تک کم ہوگئے ہر چھ گھنٹے کے بعد دو پیراسیٹامول کھانے سے بخار 104,103 سے 100 تک کم ہوجاتا تھا۔ (یہاں یہ بتانا ضروری ہے کہ بخار کم کرنے کی کوئی بھی دوا 102 سے زیادہ بخار کی صورت میں بے اثر ہوتی ہے۔ 102 سے زیادہ بخار کیلئے ضروری ہے کہ ٹھنڈے پانی کی پٹیاں کرکے بخار 102 یا اس سے کم پر لایا جائے اور پھر کوئی دوا استعمال کی جائے) کیونکہ میں الحمدللہ دوا کا استعمال بہت کم کرتی ہوں۔ پیراسیٹامول نے اگلے ہی دن معدے میں اتنی سوزش کردی کہ پانی یا کوئی دوا اندر نہیں ٹھہرتی تھی اور قے ہوجاتی تھی۔ اس لیے پپیتے کے پتے کا عرق بہت کم لیا گیا۔ نتیجتاً میرے پلیٹ لٹس چوتھے دن صرف 12000/Cmm رہ گئے اور بخار کے پانچویں دن پلیٹ لٹس کی کمی کی وجہ سے ناک سے بلیڈنگ شروع ہوگئی۔ ہسپتال سے پتہ چلا کہ پلیٹ لٹس کیلئے بیگز وغیرہ کہیں دستیاب نہیں ہیں اور خون سے پلیٹ لٹس الگ کرنے کی مشین بھی خراب ہے۔ پرائیوٹ لیبز میں بھی کچھ ایسی ہی صورتحال تھی وہاں تو حالات یہ تھے کہ مریضوں کے ناموں کی لسٹس آویزاں تھیں اور باری آنے پر بھی پلیٹ لٹس کیلئے ٹائم دیا جارہا تھا۔ پریشانی تو ہوئی لیکن قے روکنے کی دوائیوں اور معدے کی سوزش کیلئے مختلف ٹیکے لگانے کے بعد پپیتے کے پتے کا عرق جیسے ہی معدے میں ٹھہرنے لگا تو 2 دن کے بعد پلیٹ لٹس بڑھنا شروع ہوگئے۔ قدرت کے اس انمول تحفے پر احساس ہوا کہ اللہ کی اس دنیا میں کوئی بھی شے بے مقصد پیدا نہیں کی گئی۔ انہی دنوں میرے ایک مریض جو گزشتہ 2 سالوں سے ایک قسم کے کینسر (Multiple Myeleria) میں مبتلا تھے جہلم کے ہسپتال میں خون کی الٹیوں اور کالے پاخانوں کے ساتھ داخل ہوئے بہت تشخیص کے باوجود وجہ معلوم نہ ہوسکی۔ ان کی ہیموگلوبن 5.0 gm تک گر گئی۔ خون کی سات بوتلیں لگانے کے باوجود Hb-7.0 gm سے زیادہ نہ بڑھ سکی۔

جب جہلم ہسپتال کی میڈیکل وارڈ کی نرس نے فون پر میرے استفسار پر بتایا کہ مریض کے پلیٹ لٹس 40,000/cmm تک کم ہوگئے اور سفید ذرات بھی 2000/Cmm ہیں تو میں نے انہیں پپیتے کے پتوں کا مشورہ دیا اگرچہ ان کا ڈینگی بخار کا ٹیسٹ بھی نیگیٹو آیا تھا۔ چند دن انہوں نے اس مشورے کو سنجیدگی سے نہیں لیا۔ شاید ایک وجہ وہاں سے پپیتے کے پتے نہ ملنا بھی تھی۔ اب حالت زیادہ خراب ہونے پر وہ مریض کو لاہور لے آئے اور الحمدللہ پپیتے کے پتوں کا عرق پلانے سے صرف چار دن کے اندر پلیٹ لٹس 75000/Cmm تک بڑھ گئے اور وہ تندرست ہونے لگا اور مزید خون لگانے کی ضرورت نہ رہی۔

طریقہ استعمال: پپیتے کے چند پتے لے کر اچھی طرح دھولیں۔ چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرکے Blender کے جگ میں ڈالیں تھوڑا سا پانی شامل کرکے ململ کے باریک کپڑے یا باریک سوراخ والی چھلنی سے چھان لیں ہر چھ گھنٹے کے بعد دو بڑے چمچ استعمال کریں۔ کوشش کریں کہ صبح وشام تازہ عرق نکالیں۔ (تھوڑی کڑواہٹ کی وجہ سے قے آنے کی صورت بن سکتی ہے۔)

نوٹ: سیب کے تازہ جوس میں لیموں کا رس ملا کر پینے سے بھی پلیٹ لٹس بہتر ہوجاتے ہیں۔

درود شریف سے ناممکن ممکن کیسے ہو

ع۔م چوہدری

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ تاجدار مدینہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو شخص یہ درود پاک پڑھے گا اگر کھڑا ہے تو بیٹھنے سے پہلے اگر بیٹھا ہے تو کھڑا ہونے سے پہلے اس کے گناہ معاف کردیئے جائیں گے۔ درود شریف یہ ہے:۔

اگر چاہے کہ زبان پاک ہوجائے

مندرجہ ذیل درود شریف کی دن رات کثرت کرنے سے انسان کی زبان پاک ہوجاتی ہے اور اس کی ہر دعا بارگاہ رب العزت میں قبول ہوتی ہے اور اگر جمعہ کے روز مدینہ شریف کی طرف منہ کرکے کھڑے ہوکر سو مرتبہ یا 111 مرتبہ پڑھے تو دین و دنیا میں فلاح پائے گا اور بے شمار فضائل و برکات حاصل ہوں گے۔

درود پاک یہ ہے:۔ صَلَّی اللّٰهُ عَلَی النَّبِی الْاُمِّیِّ وَآلِهٖ صَلَّی اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ہ

ایک ہزار دن کی نیکیاں

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا کہ جس نے اس درود شریف کو پڑھا اس نے ستر فرشتوں کو ایک ہزار دن تک تھکا دیا۔ (سرکار ﷺ کی خدمت میں رحمتیں اور پڑھنے والے کو اجر وثواب پہنچا پہنچا کر) یعنی وہ نیکیاں لکھتے ہیں۔ درود شریف یہ ہے:۔

جَزَی اللّٰهُ عَنَّا مُحَمَّدًا صَلَّی اللّٰهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِمَا هُوَ اَهْلُهٗ.

درود برائے مغفرت

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ تاجدار مدینہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا جو شخص یہ درود پاک پڑھے گا اگر کھڑا ہے تو بیٹھنے سے پہلے اگر بیٹھا ہے تو کھڑا ہونے سے پہلے اس کے گناہ معاف کردیئے جائیں گے۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا وَمَوْلٰينَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِهٖ وَسَلِّمْ.

آقا میں تیرا کھلاؤں

حضور اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی محبت دین اسلام کی اصل بنیاد ہے۔ جو شخص یہ چاہے کہ اس کے دل میں رسول کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بے پناہ محبت پیدا ہوجائے تو اسے چاہیے کہ اس درود شریف کو کثرت سے پڑھے۔ اس کے ورد سے ہر چیز کی محبت ترک ہوکر نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی محبت پیدا ہوجائے گی اور جسے آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی محبت مل گئی اسے سب کچھ مل گیا وہ فلاح پا گیا' دین و دنیا کی سعادتیں اُس کا مقدر ہیں۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا وَحَبِيْبِنَا وَمَحْبُوْبِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِكْ وَسَلِّمْ ط

اگر چاہے کہ خاتمہ ایمان پر ہو

بعض عارفین سے منقول ہے کہ جو شخص نماز مغرب کے بعد بات چیت کرنے سے پہلے دس مرتبہ اس درود شریف کو پڑھے اس کا خاتمہ انشاءاللہ ایمان پر ہوگا۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلِّمْ بِعَدَدِ كُلِّ حَرْفٍ جَرٰی بِهِ الْقَلَمُ.

قبر میں دیدار مصطفی ﷺ کیلئے!

جو شخص اس درود شریف کو 33 مرتبہ پڑھے گا۔ اللہ تعالیٰ اس کی قبر میں مصطفی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے درمیان سے حجاب دور فرما دے گا۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ صَلٰوةً تَكُوْنُ لَكَ رِضًی وَّلِحَقِّهٖ اَدَآءً.

جنت میں جگہ دیکھ کر مرے گا!

جو شخص جمعہ کے دن ہزار بار مندرجہ ذیل درود شریف پڑھے گا تو وہ اپنی جگہ جنت میں دیکھ کر پھر مرے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّآلِهٖ اَلْفَ مَرَّةٍ

ایک درود ایک لاکھ سلام!

حضرت سید احمد انصاری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ یہ درود شریف نورانی ہے اور ایک لاکھ درود کے برابر ہے یعنی اس ایک درود شریف کا پڑھنا ایک لاکھ درود شریف کے برابر ہے۔ مصیبتوں کو دور کرنے کیلئے اس کو پندرہ سو کی تعداد میں پڑھا جائے۔ درود شریف یہ ہے:۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدِ نِ النُّوْرِ الذَّاتِیِّ وَالسِّرِّ السَّارِیِّ فِیْ سَائِرِ الْاَسْمَاءِ وَ الصِّفَاتِ ط

اگر بیماری سے نجات نہ ملتی ہو

اگر کسی شخص کو بیماری سے نجات نہ ملتی ہو تو اس درود پاک کی بدولت اسے بیماری سے نجات مل جائے گی۔ اس کا کثرت سے ورد رکھنا بیماری سے چھٹکارے کا آسان ترین طریقہ ہے اور اسے کثرت سے پڑھنے والا ہر برائی سے بھی نجات پائے گا۔ درود شریف یہ ہے:۔ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ.

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ اَفْضَلَ اَنْبِيَائِكَ وَاَكْرَمِ اَصْفِيَائِكَ مَنْ فَاضَتْ مِنْ نُّوْرِهٖ جَمِيْعُ الْاَنْوَارِ وَصَاحِبِ الْمُعْجِزَاتِ وَصَاحِبِ الْمَقَامِ الْمَحْمُوْدِ سَيِّدِ الْاَوَّلِيْنَ وَالْاٰخِرِيْنَ.

اگر کوئی چیز گم ہوجائے

اگر کسی شخص کی کوئی چیز گم ہوگئی ہو تو اسے چاہیے کہ رات سوتے وقت اس درود پاک کو گیارہ سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ خواب میں گم شدہ چیز کے بارے میں اشارہ ہوجائے گا۔ ایسے ہی اگر کوئی شخص کسی ویرانے میں یا غیر ممالک میں بے یارومددگار ہو تو اسے چاہیے کہ اس درود پاک کو بعد نماز فجر گیارہ سو مرتبہ پڑھے تو انشاءاللہ پردہ غیب سے مشکل حل ہوگی۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا وَمَوْلٰنَا مُحَمَّدٍ عَدَدَ مَا كَانَ وَمَا يَكُوْنُ وَعَدَدَ مَا اَظْلَمَ عَلَيْهِ اللَّيْلُ وَ اَضَاءَ عَلَيْهِ النَّهَارُ.

پانچ منٹ میں درد گردہ غائب

ھوالشافی: سنگ سرماہی 5 تولہ' سنگ یہود 5 تولہ' قلمی شورہ 5 تولہ' لوٹا سجی اڑھائی تولہ' آب لیموں دس تولہ' آب مولی دس تولہ۔ **ترکیب:** پہلے سنگ سرماہی' سنگ یہود' شورہ اور کھار کو آب لیموں میں کھرل کرکے خشک کریں پھر آب مولی میں خشک کریں دھوپ میں خشک نہ کریں بلکہ کھرل کرکے خشک کریں۔ زیرو سائز کے کیپسول بھر کر محفوظ کرلیں۔ صبح وشام دو دو کیپسول ہمراہ تازہ پانی یا لسی کے ساتھ استعمال کریں۔ گھڑی دیکھ کر پانچ منٹ میں درد ختم ہوجائیگا۔ تین تا سات روز میں پتھری مکمل خارج ہوگی۔ انشاءاللہ ایسا نسخہ ہے کہ استعمال کے ہر بار دل سے دعا نکلے گی۔ انشاءاللہ۔ **(حکیم محمد نادر خالد' فاروق آباد)**

(داعیٔ اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

آیئے! کسب حلال کا عہد کریں!

قرآن حکیم نے بڑے دوٹوک انداز میں انسان کی رہنمائی کی ہے: ترجمہ ''آسمانوں میں ہے تمہارا رزق اور تم سے اس کا وعدہ ہے یعنی تم تک ہمارے وعدے اور مقدر کا رزق پہنچانا ہمارے ذمہ ہے اور یہ ہمارے لیے کوئی مشکل یا اچنبھے کی بات نہیں

حضرت علی کرم اللہ وجہہ کو معلوم ہوا کہ ان کے پڑوس میں جو جوان رہتا ہے اس کے گھر میں فاقے ہو رہے ہیں' حضرت علی کرم اللہ وجہہ بہت پریشان ہوئے گھر میں ان کے بھی کب فراوانی تھی' مال غنیمت میں ملی ایک زرہ گھر سے اٹھائی کہ بازار میں اس کو فروخت کریں گے اور اپنے پڑوسی کی مدد کریں گے راستہ میں نماز کا وقت ہوگیا' زرہ مسجد کے باہر رکھی اور مسجد میں باجماعت نماز ادا کی' نماز پڑھ کر آئے تو مسجد کے باہر وہ زرہ موجود نہیں تھی' بہت دل شکستہ ہوئے کہ آج بھی پڑوس کے گھر میں فاقہ رہے گا مگر اس کے علاوہ گھر میں کوئی اور ایسی چیز نہیں تھی کہ اس کے ذریعہ پڑوسی کی مدد کی جاسکتی' ایک رات اسی فکر میں گزری۔

اگلے روز صبح کو گھر سے نکلے کہ کسی سے قرض لے کر ہی پڑوسی کیلئے کچھ نظم کریں' ایک صحابی کو دیکھا کہ وہ ان کی زرہ لے کر جارہے ہیں' زرہ پر خاص قسم کا نشان دیکھ کر پہچان لیا' ہماری طرح کا مسلمان ہوتا تو شور مچا کر چور چور کہہ کر فوراً ذلیل کردیتا مگر وہ حضرت علی کرم اللہ وجہہ تھے جنہوں نے اپنے آقا ﷺ کا یہ ارشاد بھی سنا تھا کہ سود کے ستر درجے ہیں اور ادنیٰ درجہ کے سود کا گناہ اپنی ماں سے زنا کرنے کے برابر ہے اور بدترین سود مسلمان کی آبروریزی کرنا ہے۔ اس لیے ضبط کیا' پہلے سلام کیا' پھر احترام سے پوچھا کہ بھائی یہ زرہ آپ نے کہاں سے خریدی؟ انہوں نے بتایا کہ یہ میں نے ایسے ایسے حلیہ کے ایک نوجوان سے کل شام خریدی ہے۔ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے سنا تو غم سے زمین پر بیٹھ گئے اور پھوٹ پھوٹ کر رونے لگے۔ ان صحابی رضی اللہ عنہٗ نے معلوم کیا۔ اے علی رضی اللہ عنہٗ میں نے زرہ خریدی ہے اس میں رونے کی کیا بات ہے؟ حضرت علی رضی اللہ عنہٗ نے کہا کہ میں اپنے بھائی کی ناسمجھی پر رو رہا ہوں یہ زرہ میں نے گھر سے نکالی تھی کہ اس کو فروخت کرکے اس کے پیسے اسی نوجوان کو دوں گا جس نے چوری کرکے اسے بیچ لیا اور اس نے حلال کو چھوڑ کر حرام قبول کرلیا۔

انسان کو مقدر سے زیادہ اور وقت سے پہلے نہیں ملتا' انسان کو اس کا اختیار ہی نہیں کہ اپنے رزق کو کم یا زیادہ کرلے' اس لیے کہ ماں کے پیٹ میں اس کا رزق' اس کی عمر اور موت کا بہانہ جان ڈالنے سے پہلے لکھ دیا جاتا ہے۔ انسان کو صرف اتنا اختیار ہے کہ اس کو حلال کرلے یا حرام کرلے' کم زیادہ کرنے کا اختیار نہیں۔

قرآن حکیم نے بڑے دوٹوک انداز میں انسان کی رہنمائی کی ہے: ترجمہ ''آسمانوں میں ہے تمہارا رزق اور تم سے اس کا وعدہ ہے یعنی تم تک ہمارے وعدے اور مقدر کا رزق پہنچانا ہمارے ذمہ ہے اور یہ ہمارے لیے کوئی مشکل یا اچنبھے کی بات نہیں بلکہ آسمان و زمین کے پالن ہار اور پرورش کرنے والے کی قسم ہمارے لیے یہ رزق کا مقدر کے مطابق آسمانوں سے اتارنا ایسا آسان اور سادہ بات ہے جیسی روزمرہ کی تمام زندگی میں اپنی آنکھوں دیکھی باتوں کو تم تذکرہ کرتے ہو۔''

مطلب یہ ہے کہ تمام دسترس سے باہر آسمانوں میں تمہارے مقدر کا رزق ہے اور اتارنے والے ہم ہیں' جتنا ہم دیں گے اتنا ملے گا' پس تمہیں اس کی ذمہ داری دی گئی ہے کہ اس کو حلال کرو' تمہارے کسب اور روزگار کی کوشش کی حیثیت یہ ہے کہ اللہ کے یہاں سے رزق بٹ رہا ہے تم اپنا برتن سامنے کرو' اگر گندہ برتن میں رزق لوگے تو گندہ ملے گا اور پاک صاف برتن میں لوگے تو پاک صاف ملے گا یعنی حلال طریقہ اختیار کروگے تو پاک اور حلال وطیب رزق پاؤ گے ورنہ گندا اور حرام اپنی غلط کوششوں' بے ایمانیوں اور دھوکے بازیوں سے اپنے مقدر کا رزق ہرگز زیادہ نہیں کرسکتے اور رزق شریعت کی اصطلاح میں پیدائش سے لے کر موت تک کام آنے والی ہر چیز کو کہتے ہیں' انسان زندگی بھر کتنی دوا کھائے گا؟ کتنی ہوا کھائے گا؟ کتنی دولت کا مالک ہوگا؟ کتنا کپڑا پہنے گا؟ کتنا پانی پیے گا؟ سب کچھ مقدر میں لکھا ہوا ہے اور اس تقدیر میں لکھے کے مطابق آسمان سے رزق اترتا ہے مگر افسوس ہے کہ ہم مسلمان تقدیر پر ایمان کے دعوے کے باوجود حلال وحرام کی فکر کے بجائے زیادہ کی فکر کرتے ہیں۔

حضرت علی کرم اللہ وجہہ کی اس شکایت اور قرآن کریم کی اس آیت پر اگر انسان غور کرلے تو روزگار کے سلسلے کی ساری بے اعتدالیوں سے انسان محفوظ ہوجائے۔

(بقیہ: سورۃ البقرہ سے شرطیہ انشاءاللہ بیٹا پائیں)

طرف سے اطلاع موصول ہوئی کہ ہمارے گھر میں اللہ جل شانہٗ نے اس عمل کی برکت سے دو حاملہ خواتین کو بیٹا دیا ہے اور جن صاحب کے ذریعے سے مجھے یہ پیغام ملا وہ کہہ رہے تھے کہ وہ صاحب مسلسل رو رہے تھے اور کہہ رہے تھے کہ کسی طرح میری حکیم صاحب سے ملاقات ہو اور میں انہیں اپنے جذبات سے خود آگاہ کروں کہ اللہ کریم نے سورۃ البقرہ کی برکت سے مجھے بیٹے عطا فرمائے۔ ایک صاحب کہنے لگے کہ میرے پاس 14 کیس ایسے ہیں جو میں آپ کو گن کر بتا سکتا ہوں کہ جن کو میں نے بتایا اور ان کو اللہ پاک نے سورۃ البقرہ کے اس عمل سے بیٹے عطا فرمائے۔ ابھی کچھ عرصہ پہلے سورۃ البقرہ کا ایک عمل حیاء ڈائجسٹ کی ایڈیٹر مسز راحت ارشد صاحبہ کا چھپا تھا' موصوفہ ایک صالح اور نیک خاتون ہیں' پوتے پوتیوں والی ہیں۔ ایک بار فون پر اپنے تجربات و مشاہدات مجھے بتانے لگیں کہ جب بھی ہمیں کوئی مشکل پیش آتی ہے اور اپنی ایک بڑی بوڑھی کا تجربہ بھی بتایا کہ اس وقت ہم صرف سورۃ البقرہ میں لگ جاتے ہیں اور سورۃ البقرہ ہر مشکل کا آخری حل ہے' ویسے بھی قارئین میری سالہا سال کے تجربات میں یہ بات آئی ہے سورۃ البقرہ جہاں مشکلات کا حل ہے وہاں جادو جنات کا آخری اور تیر بہدف حل ہے۔ جس گھر میں جادو ہو' جنات ہوں' بندش ہو آپ سورۃ البقرہ پڑھیں اور کیسٹ میں سورۃ البقرہ لگادیں۔ مجھے یہ شکایت بھی عجیب سی ملی کہ جنات کیسٹیں توڑ دیتے ہیں یا ٹیپ ریکارڈر خراب کردیتے ہیں' یا سورۃ البقرہ کی کیسٹ غائب ہوجاتی ہے۔ لیکن چلانے والے اپنے عزم سے نہ ہٹیں تو ایک وقت آیا کہ شریر جنات سے نجات مل گئی۔ قارئین! یہ میری طرف سے آپ کو تحفہ ہے سورۃ البقرہ کا کہ ہزاروں واقعات میرے پاس ایسے ہیں مایوس لوگ آئے انہیں سورۃ البقرہ بتایا اور جس کو بھی سورۃ البقرہ بتایا شان کریمی نے اسے بیٹا عطا کیا۔ ایک خاتون مسلسل بیٹھی رو رہی تھی اس کی رقت طاری ہوئی آواز رندھ گئی' دوسری خواتین بیٹھی اسے مسلسل پوچھ رہی تھیں کہ تیرے رونے کی وجہ کیا ہے۔ میں مریضوں میں مصروف بیٹھا دور یہ بات سن رہا تھا آخر بولی تو کہنے لگی کہ میں اپنا درد حکیم صاحب کو سناؤں گی جب ان کی باری آئی تو میں نے ان سے پوچھا تو مجھ سے کہنے لگی کہ میں ایک ایسی مایوس خاتون ہوں کہ ہمارے مقدر میں بیٹیاں ہیں' بیٹے نہیں تو میں نے ان سے فوراً کہا کہ بیٹیاں تو نعمت ہیں ان کے بارے میں کہیں آپ کے دل میں حقارت تو نہیں۔ کہنے لگی حقارت تو نہیں ہے لیکن بیٹے بھی تو نعمت ہیں اللہ پاک نے ہمیں یہ نعمت نہیں دی۔ ہمارے ہر محلے میں مشہور ہے حتیٰ کہ اب تو رشتہ کرنے والے بھی ڈرتے ہیں کہ ان کے ہاں بیٹیاں پیدا ہوتی ہیں' ہمارے بعض رشتے اس کی وجہ سے رکے ہوئے ہیں۔ آخر ہم کیا کریں؟ میں نے ان سے عرض کیا آپ مایوس نہ ہوں آپ سورۃ البقرہ کا یہ عمل کریں اور سورۃ البقرہ کے اس عمل میں بڑی طاقت اور تاثیر ہے اور میں نے انہیں ایک واقعہ پھر سنایا اپنا ذاتی واقعہ سنایا کہ ہماری قریبی رشتے دار ہماری والدہ کو انہوں نے بہت عرصہ تکلیف دی تھیں لیکن میری والدہ رحمۃ اللہ علیہ صبر کرنے والی معاف کرنے والی تھیں۔ والدہ نے بہت عرصہ صبر کیا۔ والدہ کی وفات کے بعد میرے پاس آئیں کہنے لگی کہ ہمارے ہاں بیٹے بھی ہیں بیٹیاں بھی ہیں لیکن بیٹے تھوڑے ہیں' کوئی عمل بتائیں میں نے انہیں سورۃ البقرہ کا عمل بتایا اب ان کے ہاں بیٹے ہی بیٹے ہیں اس روتی خاتون کو میں نے بتایا کہ تسلی کریں آپ یہ عمل کریں انشاءاللہ اللہ آپ کو بیٹا عطا فرمائیں گے اور ایسے بیٹے عطا فرمائیں گے جو صحتمند اور سلامت ہونگے اور بابرکت ہونگے۔

قارئین! اس روتی خاتون کو میں نے تسلی دی اور انہوں نے یہ عمل شروع کردی پھر اللہ کی شان کریمی کہ اللہ کریم نے نعمتیں عطا فرمائیں اور بیٹوں کی برکتیں عطا فرمائیں۔ کتنے لوگ ایسے ہیں جنہوں نے اس بیٹے والے عمل کو ہزاروں لوگوں تک پہنچایا اور بعض اوقات دل میں گمان ہوتا ہے کہ یا اللہ تو نے مجھے ذریعہ بنایا اپنے قرآن کے پڑھنے کا لوگوں کی جھولیاں بھرنے کا اللہ تیرا شکر ہے خیر کا مجھے ہمیشہ ذریعہ بنائے رکھنا۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

65

ماہنامہ عبقری لاہور

نومبر 2011ء بمطابق ذی الحجہ 1432ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی



گھریلو پُرامن زندگی اور میاں بیوی
میں خوشیوں کے راز اس کتاب میں

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا کلینک / درس شیڈول
تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی صفحات ملاحظہ فرمائیں

انشاءاللہ
چکوال کلینک
4-3 دسمبر
ہفتہ-اتوار
ایجنسی ہولڈر
سے ملاقات کا وقت لیں

- وباؤں اور حوادث سے بچاؤ کیلئے درود شریف
- آسان وظائف مگر تیر بہدف اور آزمودہ
- گرتے بالوں اور خشکی کیلئے بہترین ٹوٹکہ
- آپ کا حسن مصنوعی اشیاء کا محتاج نہیں
- باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کردی
- قرآن شفاء بھی، محافظ بھی اور دوا بھی
- مولی سے پیچیدہ بیماریوں کا علاج
- پھلوں کے رس اور ان کے فوائد
- مردانہ صحت کیلئے انمول وٹامن
- یوگا، فٹنس اور تندرستی کے راز
- عیدالاضحیٰ کا خاص الخاص عمل
- اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے؟

عبقری حسان ﷺ فَبِاَیِّ اٰلَآءِ رَبِّکُمَا تُکَذِّبٰنِ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبیداللہ المفتی مدظلہ ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 5 جلد نمبر 6 نومبر 2011ء بمطابق ذی الحجہ 1432 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماہنامہ عبقری لاہور

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

نومبر 2011ء

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے

اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زرِ سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

ماہنامہ عبقری اب جیل میں بھی

عبقری ٹرسٹ زندگی کے مختلف شعبہ ہائے جات میں شب و روز خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ اب اس شعبے کو مزید وسعت دیتے ہوئے جیل کے قیدیوں کی اصلاح، تربیت اور ان کی جسمانی اور روحانی صحت کیلئے ماہنامہ عبقری مختلف جیلوں میں بالکل مفت پہنچایا جائے گا۔ امید ہے قارئین اور مخیر حضرات عبقری ٹرسٹ کے معاون بنیں گے۔ بہتر مشورہ یا انتظامی طور پر معاونت کرنے والے بھی ضرور رابطہ کریں۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں خرید وہ رسائل وکتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل وکتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ از راہ کرم ارسال فرمادیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے، برتن، جوتے، فرنیچر، رضائیاں، کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیجیں بلٹی کرائیں شکریہ!

رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوۃ ہے یا صدقہ

ضروری اطلاع:

حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر، منگل، بدھ، جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

بغیر وقت لیے آنے والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری کینسل ہو جائیگی۔ پرشیڈول تمام ملاقاتوں کیلئے ہے۔

خط وکتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت وامن 78/3 قرطبہ چوک نزد گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

فون/ فیکس 042-37552384,37597605,37586453

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313

E-mail:contact@ubqari.org Website:www.ubqari.org

محمد طارق محمود نے اظہار سنز پرنٹرز ریٹی گن روڈ سے چھپوا کر 78/3 مزنگ چونگی لاہور سے شائع کیا

شرک سے براءت والی سورۃ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: قرآن کریم میں ایک سورت تیس آیات کی ایسی ہے کہ وہ اپنے پڑھنے والے کی شفاعت کرتی رہتی ہے یہاں تک کہ اس کی مغفرت کردی جائے وہ سورۃ تَبَارَکَ الَّذِیْ (سورۃ الملک) ہے۔ (ترمذی) ☆حضرت عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ ارشاد فرماتے ہوئے سنا: جس شخص نے ہر رات سورۃ واقعہ پڑھی اس پر فقر نہیں آئے گا۔ ☆حضرت عبداللہ بن عمر رضی اللہ عنہما سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کوئی کوئی اس بات کی طاقت نہیں رکھتا کہ روزانہ ایک ہزار آیتیں قرآن شریف کی پڑھ لیا کرے؟ صحابہ رضی اللہ عنہم نے عرض کیا: کس میں یہ طاقت ہے کہ روزانہ ایک ہزار آیتیں پڑھے‘ ارشاد فرمایا: کیا تم میں سے کوئی اتنا نہیں کرسکتا کہ سورۃ الھاکم التکاثر پڑھ لیا کرے (کہ اس کا ثواب ایک ہزار آیتوں کے برابر ہے) (مستدرک حاکم) ☆حضرت نوفل رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے مجھ سے ارشاد فرمایا: سورۃ **قل یایھا الکفرون** (سورۃ کافرون) پڑھنے کے بعد بغیر کسی سے بات کیے ہوئے سوجایا کرو کیونکہ اس سورت میں شرک سے براءت ہے۔ **(ابوداؤد)**

حال دل

مجاذیب کی پراسرار دنیا

پچھلے دنوں انارکلی کی ایک مسجد میں ایک دوست سے ملنے چلا گیا‘ بہت دیرینہ دوست تھے اس دور میں جب میں اپنے شیخ حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی خدمت میں رہا کرتا تھا۔ بہت عرصے کے بعد ملاقات ہوئی خوش ہوئے نماز عصر وہاں پڑھی۔ نماز عصر کے بعد میں مسجد کے قریب ایک جگہ پر بیٹھا باتیں کررہا تھا۔ میں نے مسجد کے اندر شور سنا تو میں نے پوچھا یہ شور کیسا؟ مسکرا کر کہنے لگے کہ ایک صاحب ہیں جو ہر روز نماز عصر کے بعد یہاں آتے ہیں مجذوب ہیں‘ اور قرآن بڑی خاص لے اور انداز سے پڑھتے ہیں‘ جب آیت وعدہ آتی ہے یعنی جس پر اللہ نے جنت کا وعدہ کیا ہے‘ نعمتوں کا وعدہ کیا ہے‘ دنیا و آخرت کی نصرت کا وعدہ کیا ہے‘ اس کو خاص انداز سے پڑھتے ہیں‘ جب آیت وعید یعنی عذاب کی آیت ہے اس کو درد اور سوز اور روتے ہوئے پڑھتے ہیں‘ حالانکہ موصوف حافظ نہیں ہیں لیکن قرآن کو اس انداز سے پڑھتے ہیں‘ جو کہ شاید کوئی بہت بڑا حافظ اور محدث بھی نہ پڑھ سکے۔ اور یہ روزانہ کا معمول ہے۔ باتیں کرتے ہوئے میں نے جاکر انہیں دیکھا‘ کھڑے ہوئے ہیں‘ عجیب کیفیت لباس ہے‘ اور عجیب انداز ہے‘ اور پورے زور شور سے دنیا ومافیہا سے بےخبر قرآن کو اس انداز سے پڑھ رہے ہیں اور ساتھ قرآن کا ترجمہ بھی بیان کررہے ہیں‘ میں کھڑا دیکھتا رہا اور دیکھتے ہی دیکھتے میں مجاذیب کی دنیا میں کھو گیا‘ کہ یہ وہ لوگ ہیں جن کا اللہ کے ساتھ خاص تعلق ہوتا ہے اس قرب اور تعلق ہر انسان نہیں پہنچ سکتا۔ اللہ کے ساتھ ایسا ناطہ اور رابطہ ہوتا ہے جس ناطے اور رابطے کو ہر شخص نہیں پاسکتا‘ یہ وہ پراسرار مجذوب ہیں مستجاب الدعوات ہیں‘ اللہ کی ذات کے ساتھ ان کا خاص قرب اور تعلق ہے‘ اس قرب اور تعلق میں وہ اتنا جذب ہوگئے ہیں کہ ہر وقت ذکر و فکر میں ہیں۔

ایک اور واقعہ سنیئے عبقری رسالے کے پریس میں جانا ہوا وہاں ایک مجذوب سے ملاقات ہوئی اور ان کی طرف نظر بہت زیادہ متوجہ ہوئی۔ ان کے بارے میں پریس کے مالک نے بتایا کہ ساٹھ سال سے اوپر کے یہ شخص انڈیا کے گلوکار رفیع کے بھتیجے اور انور رفیع گلوکار کے سگے بھائی ہیں۔ والدہ انہیں نہلاتی کھانا کھلاتی ہے کپڑے دھو کر دیتی ہے۔ سر کے اور ڈاڑھی کے بال ٹھیک کرتی ہے انہیں کوئی خبر نہیں دنیا کی۔ یہ اپنے آپ کو کہتے ہیں میں جنرل ہوں‘ کونسلر ہوں اور ناظم ہوں اور انہیں کوئی صدر آئے‘ وزیراعظم آئے‘ حکومت آئی‘ حکومت گئی‘ کوئی خبر نہیں۔ انہیں پیسوں کا کوئی پتہ نہیں‘ انہیں کہہ دو سو جاؤ‘ فوراً سو جاتے ہیں اور گہری نیند سو جاتے ہیں‘ کھانے کو نہیں مانگتے‘ چاہے سارا دن کھانا نہ دیں‘ پانی نہیں مانگتے چاہے سارا دن پانی نہ دیں۔ والدہ نہلا دے تو نہا لیتے ہیں اب والدہ خود بہت بوڑھی ہوگئی ہیں‘ جو بیٹا ساٹھ سال سے اوپر ہے اسکی والدہ کے بڑھاپے کا کیا عالم ہوگا۔ لیکن اب بھی والدہ خدمت کرتی ہے۔ چٹ لکھ کر رقم لفافے میں ڈال کردے دیتے ہیں بازار سے اُس چٹ کے مطابق سامان لے آتے ہیں۔ صبح ہوئی شام ہوئی انہیں کچھ خبر نہیں‘ یہ جنوری ہے فروری ہے انہیں کچھ خبر نہیں‘ یہ جیٹھ ہے‘ ہاڑ ہے ساون ہے انہیں کچھ خبر نہیں۔ ذوالحجہ ہے محرم ہے‘ ربیع الاول ہے انہیں کوئی خبر نہیں۔ صرف ایک چیز سے چڑتے ہیں کہ وکٹری کے نشان سے۔ جو صاحب مجھے یہ بات بتارہے تھے وہ اس پریس کے مالک تھے کہنے لگے ایک جگہ میں جارہا تھا سابقہ خاتون وزیراعظم کے بیٹے کی تصویر بورڈ پر بنی ہوئی تھی اس نے وکٹری نشان بنایا ہوا تھا اور یہ اس سے چڑ گئے اور برا بھلا کہنے لگے۔ ایک جگہ شہباز شریف کے بیٹے نے وکٹری کا نشان بنایا ہوا اور یہ وکٹری کے نشان سے پھر چڑ گئے‘ میں نے پوچھا یہ وکٹری کے نشان سے کیوں چڑتے ہیں؟ انہیں کسی نے کہہ دیا ہے کہ تو دو ووٹوں سے ہار گیا ہے جب یہ دو انگلیاں دیکھتے ہیں تو انہیں غصہ آجاتا ہے۔ نماز میں سلام بھی کرتے ہیں‘ ادھر ادھر بھی دیکھتے ہیں‘ کبھی کبھی جمعہ کی نماز پڑھنے چلے جاتے ہیں‘ وضو کرنے کا کوئی پتہ نہیں‘ نماز میں کیا پڑھنا ہے کوئی پتہ نہیں‘ پیار سے جو کام کراؤ جس کام پر لگادو شام تک اسی کام کو کرتے رہیں گے‘ سختی کرو روٹھ جاتے ہیں۔ **قارئین!** میں یہ باتیں سن رہا تھا اور اس مجذوب کو دیکھ رہا جو ہمارے اپنے رسالے کو اٹھا کر کبھی موڑتا تھا کبھی لپیٹتا تھا اور میرے دل میں ایک خوشی اور مسرت ہورہی تھی کہ اس عبقری کی مولڈنگ اور فولڈنگ میں ایک ایسے مجذوب کا ہاتھ بھی لگتا ہے کہ جو اس دنیا کی چیزوں کو بالکل نہیں جانتا‘ وہ صرف ایک اللہ کو جانتا ہے حتیٰ کہ اللہ نے مجذوب ہونے کے ناطے اس سے اپنی عبادتوں کی پوچھ گچھ بھی ختم کردی ہے کہ پاگل اور مجذوب کیلئے قیامت کے دن پوچھ گچھ نہیں ہوگی۔ میں نے ایک سوال کیا کہ اس کی دعا کے بارے میں کیا حال ہے۔ کیونکہ مجھے یقین تھا کہ ایسے لوگ مستجاب الدعوات ہوتے ہیں۔ دعا کرتے ہیں تو اللہ قبول کرتے ہیں‘ بددعا کردیں تو وہ بھی قبول ہوتی ہے۔ کہنے لگے کہ ان کی دعا واقعی قبول ہوتی ہے۔ میں بیٹھا دیکھ رہا تھا اور دعا دل ہی دل میں کررہا تھا کہ یااللہ ان کے دل میں ڈال دے کہ میرے لیے دعا کریں۔ میں ان سے دعا کروا رہا تھا تو مجھے پریس والے کہنے لگے کہ حضرت لوگ تو آپ سے آکے دعا کراتے ہیں میں نے ان سے کہا ایسے لوگوں سے میں دعائیں لیتا ہوں لوگ جو مجھ سے دعائیں کراتے ہیں میں ان ہی دعاؤں سے ان کو حصہ دیتا ہوں۔ ورنہ میرے پاس کیا ہے میری اوقات کیا ہے یہی وہ لوگ ہوتے ہیں جو مستجاب الدعوات ہوتے ہیں یہی وہ لوگ ہیں جو اللہ کے ساتھ خاص قرب میں رہتے ہیں۔ مجاذیب کی اپنی دنیا ہے قارئین! اسے شریعت کے ترازو سے اگر تولہ جائے گا تو شاید ہمیں سمجھ نہ آئے لیکن بڑے بڑے محدثین اور بڑے بڑے علماء اور بڑے بڑے نیک اور صالح لوگوں نے مجاذیب کی دنیا کو تسلیم کیا ہے۔ بےشمار میرے پاس کتابیں جن میں ایک کتاب ارواح ثلاثہ بھی ہے اور بھی بےشمار کتابیں ہیں جن میں مجاذیب کے تذکرے ہیں اور مجذوب لوگوں کے آنکھوں دیکھے چشم دید واقعات اور واقعی یہ لوگ وہ ہوتے ہیں جن کا اللہ کے ساتھ تعلق ہوتا ہے۔ اور جب بندہ ان کے حال کو دیکھ کر ان سے محبت کرتا ہے اور ان کا اکرام کرتا ہے تو اللہ پاک اس کی مشکل ٹال دیتے ہیں۔ لیکن ایک وضاحت عرض کردوں ہر ننگ دھڑنگ مجذوب نہیں ہوتا‘ ہر گالیاں دینے والا اور ہر برا بھلا کہنے والا مجذوب نہیں ہوتا۔ ہمارے معاشرے کی یہ ایک بری ریت ہے جو شخص جتنا ننگا ہوجائے اتنا زیادہ پہنچا ہوا ہوجاتا ہے۔ شریعت میں اس کی کوئی اصل نہیں ہے۔

درسِ روحانیت وامن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

کتے میں کثرت اور بکری میں برکت: یہ بتائیں کہ جتنے کتیا کے بچے ہوتے ہیں اور جبکہ بکری کا عام طور پر ایک بچہ ہوتا ہے، اس کا مطلب ہے کہ کتے کے ریوڑ ہونے چاہئیں۔ اگر کتے میں برکت ہوتی، تو کتے کے ریوڑ ہوتے لیکن کتوں کے ریوڑ نہیں ہوتے بلکہ بکریوں کے ریوڑ ہوتے ہیں۔ کیونکہ حلال میں برکت ہے حرام میں کثرت ہے اور ہم کثرت کے دھوکے میں آجاتے ہیں کہ شاید اس کثرت سے کام بن جائے گا لیکن نہیں بنے گا سچی بات ہے نہیں بنے گا۔

گھر کے اجاڑ کے چار اسباب: زندگی کے دن رات میں ہم دیکھیں کہ کونسا ایسا عمل ہے جس سے اللہ کی برکت ہمارے گھروں سے نکل رہی ہے۔ میں نے آپ کو اس شخص کی کہانی سنائی تھیں جس نے کہا تھا کہ میرے گھر میں پتھر آتے ہیں ہر چیز گھر کی ٹوٹ جاتی ہے آدمی کو نہیں لگتے۔

۱) تو میں نے پہلا سوال یہ کیا: یہ بتائیں آپ کے گھر میں ننگے سر عورت ہے اور وہ عورت جب مرد گھر میں نہ ہوں تب بھی ننگے سر نہ ہو؟۔ اس شخص نے کہا: نہیں۔

۲) دوسرا سوال یہ کیا کہ گھر میں کوئی جاندار کی تصویر ہے۔ کہا: نہیں ہے۔

۳) کوئی کتا ہے آپ کے گھر میں۔ ۴) اور آخری چیز پوچھی گھر میں بے نمازی ہے؟ کہا: بے نمازی نہیں ہے

ننگے سر عورت سے گھروں کی بربادی: میں سوچنے لگا کہ ننگے سر عورت سے تو یہ کام بنتا ہے کہ گھروں میں سے برکت اٹھ جاتی ہے اور جب عورت چہرے کا حجاب اٹھا دیتی ہے تو اس وقت کیا بنتا ہوگا پھر کہتے ہیں گھر میں چین نہیں ہے' پھر کہتے ہیں گھروں میں ایئر کنڈیشنڈ کی ٹھنڈک ہے اندر آگ کی جلن ہے بے چینی' بے کلی' بے قراری ہے۔ وہ برکت والی چیزوں کو تو ہم نے دھکے دے کر گھروں سے نکال دیا تو چین کیسے آئے گا تیری زندگی میں۔ پھر یہ مایوس ہوگا، بے چین ہوگا، تجھے کسی پل چین نہیں آئے گا۔ چین والی زندگی، چین والے اعمال اور سکون والی زندگی کو اور سکون والے اہتمام کو سب کو تو ہم نے گھروں سے نکال دیا ہے۔ پھر تو سکون اور چین کیسے مانگتا ہے؟ دیوانہ ہے! جَو بو کر تو گندم کی توقع رکھتا ہے۔ یہ بات تجھے کس نے سمجھائی ہے؟ یہ سلیقہ کس نے دیا ہے؟ کہنے لگے تیرے گھر کوئی ننگے سر عورت ہے جواب دیا نہیں اچھا تو معلوم ہوا کہ برکت کا ایک عمل موجود ہے۔

مرد کی ولایت میں عورت کا کردار: آج آپ کو ایک نکتے کی بات عرض کرتا جاؤں فقیر کی بات ہے...... عورت چاہے تو مرد کو برکت دے دے عورت چاہے تو مرد کو نحوست دے دے۔ ایک درویش تھے مصلّے پانی پر رکھ کر نماز پڑھتے تھے اور مصلّی پانی میں بھیگتا نہیں تھا اور ڈوبتا نہیں تھا۔ ان کی بیوی کہنے لگی: میری وجہ سے کرتا ہے۔ کہنے لگے: تیری وجہ سے کیسے۔ کہنے لگی: اچھا پھر کل دکھانا۔ دوسرے دن جب وہ پانی پر گئے تو مصلّی رکھا اور وہ پانی میں ڈوب گیا۔ وہ واپس آگئے اور حیران ہوئے کہ تو نے چیلنج کیا تھا واقعی بات تو ویسی ہی ہوگئی۔ بیوی کہنے لگی: میں سنتوں کا اہتمام کرتی تھی باوضو رہتی تھی ذکر تسبیحات کرتی تھی اپنی عزت کی اپنی نظر کی اور تیرے مال کی حفاظت کرتی تھی۔ تیرے مال کی خیانت نہیں کرتی تھی۔ تیری چیزوں کی خیانت نہ کرتی تھی۔ ان ہی اعمال کے ساتھ غذا پکاتی تھی اور تجھے کھلاتی تھی' تیری خدمت کرتی تھی' تیرے اندر برکت ہوئی اور اللہ جل شانہٗ نے اس برکت کی برکت سے پانی تجھ پہ مسخر کر دیا اور تجھے تسخیر دی پانی پر۔ میں نے کچھ دنوں کیلئے وہ اعمال چھوڑ دیے تھے۔ میں نے کہا تھا کہ اب کرکے دکھاؤ۔

عورت' گھر کو جنت یا جہنم بنا دے: میرے حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے (بڑے عرصے کے بعد بات یاد آئی) عورت نوے فیصد چاہے تو گھر کو جہنم بنا دے' گھر کو چاہے تو جنت بنا دے' نوے فیصد اس میں عورت کا ہاتھ ہے، دس فیصد صرف مرد کا ہاتھ ہے۔

ظالم مرد یا عورتیں: سب سے بڑی غفلت آج ہماری عورتوں کی تربیت نہ کرنے کی ہے اس میں مردوں کا قصور بہت زیادہ ہے ہم اپنی عورتوں کی تربیت نہیں کرتے ایمان اور اعمال کی، اللہ کے تعلق کی، عورتوں کو' بچوں کو وقت نہیں دیتے، ان کو دینی ماحول نہیں دیتے، ان کو دینی ماحول میں لے کر ہی نہیں جاتے، ہمارے پاس وقت ہی نہیں ہے، یہی عورت جب بیمار ہو جاتی ہے، پھر ساری مصروفیات چھوڑ کر اس کو ڈاکٹر اور معالج کے پاس لے جاتے ہیں، وہی عورت جب روحانی بیمار ہے، اس کے لئے تو کوئی روحانی معالج کے پاس یا روحانی مجالس یا روحانی تعلق کو نہیں لیتے۔ ہم ظالم ہیں۔

جاندار کی تصاویر نقصان ہی نقصان: میں دوستوں سے کہہ رہا تھا جاندار کی تصویر کا عالم تو یہ ہے کہ جاندار کی تصویر ہے اور وہ غیر متحرک ہے اور اگر گھر میں کوئی ایسی چیز ہو جس میں جاندار کی متحرک تصویریں آتی ہوں اور غیر محرم کی تصویریں آتی ہوں اور عورت یا بہن، اپنے بھائی کے ساتھ بیٹھ کے غیر محرم کی تصویر دیکھتی ہے، ایسا نظام ہے، گھر گھر میں تو، اس گھر کی برکتوں کا کیا بنے گا، ذرا ٹھنڈے دل سے بیٹھ کے خود ہی سوچیں! اس گھر کی رحمتوں کا کیا بنے گا، اس گھر میں چین آئے گا؟ سکون آئے گا؟ وہ سکون اور چین اور برکت کے سارے معاملات اور دروازے تو ہم نے بند کر دیئے ہیں اور چین اور سکون اور برکت کے سارے اسباب تو ہم نے خود بخود اپنے ہاتھوں سے ختم کر دیئے اور توڑ دیئے۔ اور بے برکتی کے سارے اسباب کو ہم نے جوڑا اور سنوارا۔

کتوں کی اہمیت ہے مگر: ہمارے پڑوسی ہیں انہوں نے کتا حفاظت کیلئے پال رکھا ہے شریعت میں اس کی کوئی توجیہہ ہے یہ بھی علماء سے پوچھ کر کریں میں اس دن سامنے گھر میں گیا وہاں بڑے بڑے دو کتے ہیں۔ بڑے بڑے پتیلے چولہے پر چڑھے ہوئے تھے میں نے کہا یہ کیا ہے تو کہنے لگے: کتوں کے لئے گوشت ابل رہا ہے ان کے لئے باقاعدہ چھوٹی چھوٹی چارپائیاں بنی ہوئی ہیں اس پر گدے بچھے ہوئے ہیں۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ کے فضل سے اور آپ کی دعاؤں سے یہ حقیر بندہ سعودی عرب خیر و عافیت سے پہنچ گیا اور اللہ تعالیٰ کی توفیق سے عمرہ بھی کر لیا ہے۔ اللہ تعالیٰ کا بہت احسان ہے کہ اس نے اس جوانی میں اپنے گھر کی زیارت نصیب فرمائی' بس اس کریم کا شکر کیسے ادا کروں کہ اس نے مجھ جیسے گنہگار کو یہ شرف بخشا۔ جب خانہ کعبہ پر میری پہلی نظر پڑی تو سب سے پہلے میں نے اپنے ایمان کی حفاظت کیلئے دعا مانگی کہ اللہ تو نے مجھے تھوڑی بہت توفیق دی ہے نماز کی اور درس سننے اور اس پر عمل کرنے کی اس توفیق کو نہ چھیننا اور اپنی اولاد کیلئے اور پھر آپ کیلئے' تسبیح خانے کیلئے (باقی صفحہ نمبر 7 پر)

شجاعت اور علم کے بحر بیکراں

محمد اویس، لاہور

حضرت ابو رافع رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ''حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ موجود لشکر اس بات کا عینی شاہد ہے کہ میں نے اپنے ساتھ آدمیوں سمیت یہ کوشش کی کہ اس دروازہ کو اٹھائیں یا الٹا کر دیں جسے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اٹھا رکھا تھا لیکن ہم ایسا نہ کر سکے

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی شجاعت

ایک جنگ میں لڑائی اپنے عروج پر تھی‘ موت کا رقص جاری تھا اور حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ شہادت کے شوق میں میدان کارزار میں اپنی جان کی بازی لگاتے ہوئے کسی تردد و تامل اور بزدلی کے بغیر جوہر شجاعت دکھا رہے تھے اور بہت سے یہودیوں کو ٹھکانے لگا چکے تھے‘ قلعہ فتح ہونے کے قریب تھا کہ اچانک قلعہ کے پہرہ داروں کا ایک گروہ نکلا اور اس گروہ کے ایک آدمی نے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ پر اس زور سے وار کیا کہ ڈھال بھی آپ کے ہاتھ سے گر گئی چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے پکار کر کہا: ''اس ذات کی قسم جس کے قبضہ میں میری جان ہے یا تو میں بھی شہادت کا وہی مزا چکھوں گا جو حمزہ رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے چکھا تھا یا اللہ تعالیٰ میرے لیے ضرور اس قلعہ کو فتح فرما دیگا۔''

یہ فرما کر آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ شیر کی طرح ایک پرانے دروازے کی طرف دوڑے جو قلعہ کے پاس پڑا ہوا تھا آپ نے اس دروازہ کو اٹھایا اور اس کو ڈھال کی جگہ استعمال کرتے ہوئے بچاؤ کا ذریعہ بناتے رہے‘ جب تک آپ دشمنوں سے لڑنے میں مصروف رہے وہ دروازہ آپ کے ہاتھ میں ہی رہا‘ یہاں تک کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ہاتھ پر اللہ تعالیٰ نے اس قلعہ کو فتح فرمایا تو آپ نے اس دروازہ کو پھینک دیا۔

حضرت ابو رافع رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ ''حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے ساتھ موجود لشکر اس بات کا عینی شاہد ہے کہ میں نے اپنے سات آدمیوں سمیت یہ کوشش کی کہ اس دروازہ کو اٹھائیں یا الٹا کر دیں جسے حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اٹھا رکھا تھا لیکن ہم ایسا نہ کر سکے۔''

مسئلہ تقدیر کی وضاحت

ایک مرتبہ ایک کمزور جسم کا شخص حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی خدمت میں حاضر ہوا اور آپ کے سامنے بیٹھ کر کمزور آواز میں کہنے لگا: ''حضرتؓ! مجھے تقدیر کے بارے میں بتایئے کہ اس کی حقیقت کیا ہے؟'' اس کے اس سوال کے جواب میں حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا: ''یہ ایک تاریک راستہ ہے تم اس پر نہیں چل سکو گے'' ''آپ مجھے تقدیر کے بارے میں بتا دیجئے'' اس شخص نے دوبارہ اپنا سوال دہرایا۔ ''یہ ایک گہرا سمندر ہے تم اس میں داخل نہیں ہو سکتے''

حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے اسے سمجھانے کی کوشش فرمائی لیکن وہ شخص مسلسل اصرار کرتے ہوئے ان سے تقدیر کے متعلق سوال کرنے لگا تو حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا ''یہ اللہ کا راز ہے جو تجھ سے پوشیدہ ہے لہٰذا تم اس راز کو افشا نہ کرو'' جب اس شخص کا اصرار مزید بڑھا اور اس نے ایک مرتبہ پھر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے تقدیر کے متعلق سوال کیا تو حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا ''اے سوال کرنے والے! یہ تو بتا کہ اللہ تعالیٰ نے تجھے اپنی منشاء کے مطابق پیدا کیا یا تیری مرضی کے مطابق؟'' اس نے عرض کیا کہ ''اللہ نے مجھے اپنی مرضی اور منشاء کے مطابق پیدا کیا ہے'' چنانچہ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے فرمایا ''تو بس پھر تجھے جس کام کیلئے چاہے استعمال کرے۔''

ایک یہودی کا قبول اسلام

ایک مرتبہ ایک یہودی حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس آیا اور خباثت بھرے انداز میں پوچھنے لگا ''حضرت! ہمارا رب کب سے ہے؟'' یہ سن کر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ کا چہرہ متغیر ہو گیا‘ رخسار سرخ ہو گئے‘ اپنا ہاتھ اس کے شانے پر رکھ کر اس کو جھنجھوڑا اور فرمایا ''وہ ذات ایسی نہیں ہے کہ ایک زمانہ میں موجود نہیں تھی پھر موجود ہوئی‘ بلکہ وہ ابتداء سے موجود ہے‘ وہ ذات بلا کیفیت ہے‘ نہ اس سے قبل کچھ تھا اور نہ اس کی کوئی انتہا ہے وہ ہر انتہاء کی انتہاء ہے''

اس آدمی نے انکساری کے ساتھ اپنا سر جھکا لیا اور کہنے لگا: ''اے ابوالحسن آپ نے سچ فرمایا‘ اے ابوالحسن آپ نے سچ فرمایا۔'' پھر اس کی آنکھوں سے آنسو جاری ہو گئے اور اس نے اللہ تعالیٰ کی معبودیت اور رسول اللہ ﷺ کی رسالت کا اقرار کیا اور مسلمان ہو کر واپس چلا گیا۔

حضرت علی رضی اللہ عنہٗ کی حضرت عمر رضی اللہ عنہٗ سے محبت

ایک مرتبہ امیر المومنین حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ پرانے و بوسیدہ کپڑوں میں ملبوس شکستہ و خستہ حال بیٹھے تھے اور ذکر و تسبیح میں مشغول تھے کہ ابو مریم (ایک غلام) حاضر خدمت ہوئے اور متواضعانہ انداز میں دوزانوں بیٹھ کر عرض کیا ''یا امیر المومنین! میں آپ کے پاس اپنی ایک درخواست لے کر آیا ہوں'' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے درخواست کے متعلق پوچھا تو ابو مریم کہنے لگے میری درخواست یہ ہے کہ آپ اپنے جسم سے یہ چادر اتار دیں کیونکہ یہ بہت پرانی اور بوسیدہ ہے۔''

یہ سن کر حضرت علی رضی اللہ عنہ نے چادر کا ایک کونا اپنی آنکھوں پر رکھا اور زار و قطار رونے لگے یہ منظر دیکھ کر ابو مریم بہت شرمندہ ہوئے اور عرض کیا ''اے امیر المومنین! اگر مجھے معلوم ہوتا کہ میری اس بات سے آپ کو تکلیف ہوگی تو میں کبھی آپ کو چادر اتارنے کا نہ کہتا''

''اے ابو مریم! اس چادر سے میری محبت روز بروز بڑھتی جاتی ہے کیونکہ یہ چادر مجھے میرے حبیب اور خلیل نے تحفہ دی تھی''۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ گویا ہوئے۔

''اے امیر المومنین! آپ کے خلیل کون ہیں؟'' ابو مریم نے بنظر استعجاب دریافت کیا۔

''میرے خلیل حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ ہیں بلاشبہ عمر رضی اللہ عنہ اللہ کے ساتھ تو مخلص تھے اور اللہ تعالیٰ نے بھی ان کے ساتھ بھلائی کی۔'' یہ فرما کر حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ دوبارہ رونے لگے حتیٰ کہ آپ رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے سینہ مبارک سے گونج دار آوازیں آنے لگیں۔

نونہال کی اچھی صحت کے گُر

سیدہ عالیہ افزاء بخاری‘ ٹوبہ ٹیک سنگھ

بچوں کے سامنے کبھی دوسروں کی برائیاں مت کیجئے بلکہ اگر وہ آپ کو دوسروں کی باتیں بتائے تو پیار سے ڈانٹیں اور سمجھائیں کہ چغلی کرنا مردہ بھائی کا گوشت کھانے کے برابر ہے‘ گھر میں بڑے بچوں کو چھوٹوں سے پیار کرنا سکھایئے اور چھوٹے بچوں کو بڑوں کا احترام کرنا سکھایئے

نیک اولاد کسی بڑے خزانے سے کم نہیں ہوتی اور نیک اولاد ایسا صدقہ جاریہ ہے جو مرنے کے بعد بھی والدین کی بخشش کا ذریعہ بنتی ہے اور زندہ والدین کی دنیا ہی جنت بنا دیتے ہیں۔

ہم اپنے اردگرد نظر دوڑائیں تو اکثریت نوجوانوں کو بگڑے ہوئے پائیں گے‘ کوئی نشہ کا عادی ہے تو کوئی لڑکیوں کے چکروں میں پڑا ہوا ہے جس کی وجہ سے والدین کی بدنامی ہو رہی ہے اور ان کی زندگی جہنم بنی ہوئی ہے اگر چھوٹے بچوں کو دیکھیں تو وہ بھی والدین کو بہت تنگ کر رہے ہیں‘ کبھی شرارتوں کے ذریعے کبھی پڑھائی سے عاری نظر آتے ہیں۔

والدین بہت پریشان نظر آتے ہیں۔

اگر غور کیا جائے تو پتہ چلتا ہے کہ یہ بڑوں کی لاپرواہی اور ناسمجھی کا نتیجہ ہے کیونکہ بچوں کی ضرورت صرف تعلیم ہی نہیں ہے بلکہ اچھی تربیت‘ علم پر عمل کروانے کا باعث بنتی ہے اور بچے اچھی تربیت ہی سے تعلیم یافتہ نظر آتے ہیں اور اسی طرح والدین کی عزت و تکریم میں اضافہ ہوتا ہے۔ بچے کی شخصیت پر جو چیز سب سے زیادہ اثر انداز ہوتی ہے وہ اس کے والدین کی زندگی گزارنے کا طریقہ کار ہے کہ وہ کس طرح بولتے ہیں کس طرح کھاتے ہیں‘ کس طرح چلتے ہیں کس طرح سوتے جاگتے ہیں۔

بچے تھوڑی سی سمجھ بوجھ کے ساتھ ہی وہی طریقہ اختیار کر لیتے ہیں اگر بچے تمیز کے ساتھ بولتے ہیں تو سمجھیے اُس کے والدین دھیمی اور خاموشی والی زبان سے بات کرتے ہیں اگر وہ آہستہ اور اارام سے کھانا کھاتے ہیں تو سمجھیے کہ اس کے والدین جلدی جلدی کھانا نہیں کھاتے‘ اسی طرح بچے کی دوسری نقل و حرکت بھی والدین سے مشابہت رکھتی ہیں اگر بچے گالیاں نکالتے ہیں تو سمجھیے کہ بچہ گھر میں سے گالیاں سیکھ رہا ہے۔ والدین اگر بات بات پر لڑنا‘ جھگڑنا اپناتے ہیں تو بچے بھی اپنے ہم عمر بچوں سے لڑتے جھگڑتے ہیں‘ گھر میں بھی بڑوں سے لڑ جھگڑ کر بات کریں گے اگر آپ جھوٹ بولتے ہیں تو وہ بھی اپنا گناہ اور شرارتیں چھپانے کیلئے جھوٹ کا سہارا لیں گے اور یاد رکھیے کہ بچے کی ابتدائی عمر میں پڑنے والی خصلتیں یا بُری عادتیں پختگی اختیار کر لیتی ہیں اس لیے ضروری ہے کہ بچوں کی زندگی سنوارنے کیلئے اور آپ اپنی زندگی جنت بنانے کیلئے پہلے اپنی عادات بدلیے اور معصوم ناسمجھ بچوں کو اچھی عادات کا عادی بنایئے اگر باپ سگریٹ نوشی کرتا ہے تو یا تو عادت ترک کر دیجئے یا بچوں سے چھپ کر پیجئے کہ بچے میں یہ بُری لت نہ پڑ جائے آپ بھلے ہی بچوں کو اچھے سکول میں تعلیم دلوا رہے ہیں مگر آپ کا بچوں کی نقل و حرکت پر نظر رکھنا‘ ہوم ورک دیکھنا اور ان کیلئے وقت نکالنا بہت ضروری ہے‘ بچوں کی پیار و محبت سے پرورش کریں مگر کبھی کسی ایک بچے کو زیادہ محبت نہ دیجئے‘ برابری کی سطح پر پیار دیجئے ورنہ زیادہ محبت والا بگڑ سکتا ہے اور کم والا چڑچڑے پن کا شکار ہو کر بے ادب بن سکتا ہے۔ بچوں کے سامنے کبھی دوسروں کی برائیاں مت کیجئے بلکہ اگر وہ آپ کو دوسروں کی باتیں بتائے تو پیار سے ڈانٹیں اور سمجھائیں کہ چغلی کرنا مردہ بھائی کا گوشت کھانے کے برابر ہے‘ گھر میں بڑے بچوں کو چھوٹوں سے پیار کرنا سکھایئے اور چھوٹے بچوں کو بڑوں کا احترام کرنا سکھایئے۔ اس طرح آپ کا گھرانہ پیار‘ محبت‘ عزت و احترام کا گہوارہ بن جائے گا اور سب لوگ آپ کی تعریف کرے گا اور بچے کی زندگی تو جنت بنے گی ہی وہ بچے آپ کی زندگی کو بھی جنت بنا دیں گے۔ آخر ایک اہم بات کہ بچے کو معاشرے سکول یا دوسروں کے سپرد مت کیجئے بلکہ اپنا فرض سمجھئے اور پھر حقوق کی ادائیگی بھی ممکن ہو سکتی ہے۔

بچوں کی اچھی صحت کے گر: ہر بچے کی پیدائش سے ظاہر ہوتا ہے کہ خالق کائنات ابھی انسان سے ناراض نہیں ہوا ہے۔ انسانی نسل کا تسلسل ان کی آمد سے ہی برقرار رہتا ہے۔ بچہ رو کر اگر اپنی آمد کا اعلان کرتا ہے تو وہ یہ بھی بتاتا ہے کہ اس کے تحفظ اور پرورش کی ذمے داریاں بھی معمولی نہیں ہوتیں۔ نسل انسانی کے تسلسل کے ذمے دار اس محدود میں لامحدود بچہ انسان کو قدرت یوں ہی ہمارے حوالے نہیں کر دیتی۔ وہ اس کے جسم میں کم از کم چھ ماہ تک امراض سے لڑنے کی قدرتی صلاحیت بھی رکھ دیتی ہے۔ وہ جب ماں کا دودھ پیتا ہے تو ابتدائی دنوں کا دودھ اسے غذائیت کے ساتھ امراض سے اس کے تحفظ کا مزید اہتمام بھی کر دیتا ہے۔ ہر جاندار بچہ اپنی ماں سے اپنی غذا حاصل کرتا ہے۔ انسان کے بچے کا بھی یہ پیدائشی حق ہے کہ اس کی ماں اسے اپنا دودھ پلائے۔ ماں کا دودھ بچے کی سب سے موزوں اور سب سے محفوظ غذا ہوتی ہے۔ ولادت سے پہلے اگر وہ آپ کے خون پر پل رہا تھا تو اب آپ کے خون سے چھن کر آنے والے دودھ پر پلنے کا حق دار ہے‘ اسے اپنے دودھ اور اپنی قربت سے محروم نہ کیجئے۔

بچوں کی صحت اور ان کی بڑھوتری کا یہ بنیادی اور اولین اصول سمجھ لینے اور عمل کرنے سے آپ اس کی صحت کا درست سامان کرینگے۔ اب اسے پسینہ بھی آتا ہے اب اس کے اعضائے ہضم بھی اپنا کام کر رہے ہیں اس لیے بول و براز کی صفائی بھی آپ کا فرض ہے۔ کم از کم چھ مہینوں تک اسے نل‘ کنویں‘ چشمے کے پانی کی ضرورت نہیں ہوگی۔ یہ اسے آپ کے دودھ سے ملتا رہے گا اس لیے ضروری ہے کہ ماں صاف ستھرا پانی بھی پیے اور اچھی غذا بھی کھائے۔ آپ کا بچہ اپنا زیادہ وقت سو کر گزارے گا اس کو پوری نیند لینے کا حق ہے۔

اس عمر میں اس کے جسمانی ردعمل کا بھی مشاہدہ کرتے رہیے۔ وہ اگر آواز سے چونکتا ہے تو جان لیجئے کہ اس کے سننے کی صلاحیت معمول کے مطابق ہے۔ تیز روشنی میں آنکھیں موند لیتا ہے تو یقین کرنا چاہیے کہ اس کی بینائی درست ہے۔ بدمزہ شے کے چکھنے سے منہ بناتا ہے تو گویا اس کی قوت ذائقہ درست ہے۔ آپ کی انگلی اپنی مٹھی میں پکڑ لیتا ہے تو جان لیں کہ اس کے اعصاب اور عضلات درست ہیں۔

یہ ردعمل درست نہ ہوں تو پھر اس سلسلے میں فکر و تدبیر کرنا ضروری ہوگا اور اس سلسلے میں صحیح مشورہ صرف ماہر معالج ہی آپ کو فراہم کرے گا۔ بچے کو حفاظتی ٹیکے ضرور لگوائیں‘ معالجین کی اکثریت انہیں مختلف امراض سے بچاؤ کیلئے ضروری سمجھتی ہے۔ بچوں کو مقررہ عمر کے اندر اندر یہ ٹیکے ضرور لگوا دینے چاہئیں۔ یہ اس لیے بھی ضروری ہو گیا ہے کہ پوری دنیا کا ماحول آلودگی کی لپیٹ میں ہے جس کی وجہ سے انسانی جسم کا نظام مدافعت کمزور ہوتا جا رہا ہے۔ بچوں کیلئے ان ٹیکوں کی افادیت ناقابل تردید ہے۔ بچہ ہر قوم کی امانت اور اچھے مستقبل کی ضمانت ہوتا ہے۔ اس کی پرورش تعلیم و تربیت میں خیانت ہر اعتبار سے سب کیلئے نقصان دہ ثابت ہوتی ہے۔

نوزائیدہ بچے کو صحتمند اور خوبصورت کرنے کیلئے

ھوالشافی: شہد‘ بادام روغن‘ زیتون کا تیل‘ کسٹرآئل ایک ایک قطرہ ملا کر پیدائشی بچے یا بچی کو پہلے چند ماہ چٹاتا ہے۔ پھر صبح و شام دو دفعہ پھر جیسے جیسے بچہ بڑا ہوتا جائے قطرے بڑھاتے جائیں۔ یہ چیزیں خالص ہونی چاہئیں‘ یہ اجزاء بچوں کی بہت سی تکالیف مثلاً خشکی‘ آنتوں کی صفائی‘ طاقت کیلئے لاجواب ٹانک ہے‘ بچہ صحتمند اور موٹا ہوگا۔ ہمارے تمام خاندان کا سالوں سے آزمودہ ہے۔ **(علاؤالدین قریشی‘ میانوالی)**

قرآن شفاء بھی' محافظ بھی اور دوا بھی

پروفیسر عبدالسلام فاروقی

لیکن نہ تو میرا قدم ڈگمگایا اور نہ ہی مجھے کوئی خراش آئی۔ جب فائرنگ بند ہوئی تو میں نے دیکھا کہ جس جگہ میں ٹیک لگائے کھڑا تھا۔ اس کے علاوہ اس ڈبے کا کوئی حصہ ایسا نہ تھا جو گولیوں سے چھلنی نہ ہو چکا ہو

پاکستان بننے سے پہلے میرے ایک عزیز دہلی میں رہائش پذیر تھے آج کل کراچی میں رہتے ہیں۔ جب اکتوبر 1947ء میں سارے پنجاب میں فسادات ہورہے تھے اور دہلی شہر بھی ان کی زد میں آچکا تھا تو وہ بھی اپنے گھر سے نکل کر پرانے قلعہ دہلی میں رہے پھر وہاں سے بڑی مشکل سے ریلوے سٹیشن تک پہنچے اور لاہور جانے کیلئے دوسرے فساد زدہ لوگوں کے ساتھ گاڑی میں سوار ہوگئے۔ ان کے پاس صرف ایک بیگ تھا جس میں چند کپڑے تھے ان کے علاوہ ایک چھوٹے سائز کا قرآن مجید تھا جس کو انہوں نے اپنے سینے سے باندھ رکھا تھا۔

گاڑی آہستہ آہستہ چلتی بلکہ رینگتی ہوئی تین دن میں امرتسر پہنچی۔ راستے میں کئی جگہ ہندو اور سکھ بلوائیوں نے حملے کیے اور مسلمانوں کے مال وجان کو نقصان پہنچایا مگر گاڑی کسی نہ کسی طرح آگے بڑھتی رہی لیکن امرتسر کے اسٹیشن پر رات کے وقت پہنچ کر ایسی رکی کہ دن کے نو بج گئے ڈرائیور اور گارڈ کا کہیں پتہ نہ تھا آخر ہندو اور سکھ فوج اور مسلح بلوائیوں کے گروہ اسٹیشن پہنچ گئے۔ انہوں نے پہلے تو تمام مسلمانوں کو گاڑی سے پلیٹ فارم پر اتار لیا۔ پھر رائفلوں' مشین گنوں اور برین گنوں سے مسلمانوں پر فائر کھول دیا۔ کیا قیامت کا سماں تھا۔ چاروں طرف مسلح ہندو اور سکھ اور درمیان میں نہتے مسلمان مرد' عورتیں اور بچے جو اپنا کوئی دفاع نہیں کرسکتے تھے سوائے اس کے کہ جس سے ہوسکا وہ زمین پر لیٹ گیا تا کہ گولیوں کی سیدھی بوچھاڑ سے بچ سکے۔ اس وقت اس کے سوا دفاع کا کوئی اور طریقہ ممکن ہی نہیں تھا لیکن میرے وہ عزیز کہتے ہیں کہ اس وقت مجھے خیال آیا کہ اگر میں بھی لیٹ گیا تو قرآن مجید کی جو میرے سینے سے بندھا ہوا ہے بے حرمتی ہوگی اور پھر میں خدا کے سامنے کیا منہ لے کر جاؤں گا کہ میں نے اپنی جان کو کچھ عرصے تک بچانے کیلئے قرآن مجید کو زمین بوس کردیا اور جیتے جی قرآن کو سرنگوں ہونے دیا۔

یہ خیال آتے ہی میں نے دل میں پختہ ارادہ کرلیا کہ چاہے میری جان کو کتنا ہی خطرہ کیوں نہ ہو جب تک جان میں جان ہے میں قرآن مجید کو زمین پر نہیں لگنے دوں گا یہ ارادہ کرکے میں گاڑی کے ساتھ پشت لگا کر کھڑا ہوگیا دو گھنٹے تک لگاتار گولیاں چلتی رہیں اور میرے دائیں بائیں اور اوپر سے گزرتی رہیں۔

ریل گاڑی کے اس ڈبے کے شیشے چکنا چور ہوگئے جس کے ساتھ میں کھڑا تھا لیکن نہ تو میرا قدم ڈگمگایا اور نہ ہی مجھے کوئی خراش آئی۔ جب فائرنگ بند ہوئی تو میں نے دیکھا کہ جس جگہ میں ٹیک لگائے کھڑا تھا۔ اس کے علاوہ اس ڈبے کا کوئی حصہ ایسا نہ تھا جو گولیوں سے چھلنی نہ ہو چکا ہو۔ ایسا معلوم ہوتا تھا کہ جیسے کسی ماہر نشانہ باز نے اپنے معمول کو لکڑی کی دیوار کے ساتھ کھڑا کرکے اس کے گرد چاقو کا حصار کھینچ دیا ہو قرآن مجید کا یہ معجزہ مجھے کبھی نہیں بھول سکتا۔ افسوس! آج ہم خدا کی یاد سے غافل ہیں ورنہ خدا تو ہر دم ہمارا محافظ اور مددگار ہے۔

زہریلے سانپوں کے کاٹے ہوئے کا قرآنی آیات سے علاج

حیدرآباد (سندھ) کے نزدیک واقع تاج پور میں مقیم ایک مشہور شخصیت نواب محمد خان لغاری ''سانپوں کے بادشاہ'' کہلاتے ہیں وہ سانپوں کے بہت ماہر ہیں' انہوں نے تقریباً چار ہزار سانپ پالے ہوئے ہیں اور سب کے دانت اور زہر کی تھیلیاں موجود ہیں۔ وہ مارگزیداؤں (سانپ کے کاٹے لوگ) کا علاج بغیر معاوضے کے کرتے ہیں اور ساتھ آنیوالوں کی رہائش اور اخراجات وغیرہ بھی خود ہی برداشت کرتے ہیں۔

وہ ایک عمل کے ذریعے مریضوں کا علاج کرتے ہیں جس میں سورۂ کافرون نمایاں ہے اس کے علاوہ تعویذ اور دم کیا ہوا پانی بھی دیتے ہیں۔ بے شمار سانپوں کے کاٹے ہوئے لوگ ان کے علاج سے صحت یاب ہوچکے ہیں۔ 15 ستمبر 1977ء کو نواب محمد خان صاحب اور ان کے سانپوں کے بارے میں ایک نامور علمی رسالے میں ایک تحریر بھی دی گئی ہے اس تحریر میں نواب صاحب کا انٹرویو ان کا طریقہ علاج اور ان کے شاگردوں اور سانپوں کے بارے میں حیرت انگیز تفصیلات بتائی گئی تھیں۔

ڈینگی وائرس کیلئے آزمودہ ترین عمل

اول آخر درود شریف 3،3 بار' تین بار فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِيْنَ ظَلَمُوْا ۭ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ ۝ (انعام 45) 21 بار پڑھ کر یقین کامل سے دم کریں۔

اس کے ساتھ سورۂ انعام کی آیات 16,17 خوشخط لکھ کر اپنے گھر کے دروازے پر لگادیں انشاء اللہ تمام گھر اس موذی وائرس سے محفوظ رہے گا۔ **(محمد توفیق' لاہور)**

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 65

پیغمبر اسلامؐ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس با اخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضور نبی کریم ﷺ نے حضرت علی کا یمن تبلیغ کیلئے انتخاب کیا' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے پہلے تو اس کام کو دشوار سمجھا مگر آپ ﷺ نے ان کے سینہ پر دست مبارک رکھ کر دعا فرمائی کہ ''اے اللہ! اس کی زبان کو راست گو بنا اور اس کے دل کو ہدایت کے نور سے منور کردے۔'' اس کے بعد ان کے سر پر عمامہ باندھا اور سیاہ علم دے کر یمن کی طرف روانہ کیا' حضرت علی رضی اللہ عنہ نے اپنے حسن تدبیر اور حسن سلوک سے وہاں کا رنگ کچھ ایسا بدل دیا کہ ہمدان کا پورا قبیلہ مسلمان ہوگیا۔ **(خلفائے راشدین)**

خارجی حضرت علی رضی اللہ عنہ کے خلاف برابر سازش کرتے رہے' وہ مجوسیوں' مرتدوں' نومسلموں اور ذمیوں کو بغاوت پر آمادہ کرتے رہتے مگر حضرت علی رضی اللہ عنہ نے ان بغاوتوں کو بڑے صبر و تحمل سے فرو کیا اور جب وہ زیر ہوگئے تو ان سے لطف و رحم کا برتاؤ کیا' ایرانی باغی ان کے فیاضانہ سلوک سے یہ کہہ اٹھے تھے کہ امیر المومنین علی رضی اللہ عنہ بن ابی طالب کے طریق جہاں بانی نے تو نوشیروانی طرز حکومت کی یاد بھلادی۔ حضرت علی رضی اللہ عنہ ذمیوں کے ساتھ ہمیشہ شفقت ومحبت کا برتاؤ رکھا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے ان سے جتنے معاہدے کیے تھے ان کو برقرار رکھا' حضرت عمر رضی اللہ عنہ نے حجاز کے عیسائیوں کو نجران یمن سے جلاوطن کرکے نجران عراق میں آباد کرادیا تھا کیونکہ انہوں نے مسلمانوں کے خلاف گھوڑے اور اسلحہ جمع کرنا شروع کردیئے تھے۔ حضرت علیؓ کے زمانہ میں وہ واپس آنا چاہتے تھے اور جب حضرت علیؓ سے اس کیلئے درخواست کی تو انہوں نے منظور کرنے سے یہ کہہ کر انکار کردیا کہ عمر رضی اللہ عنہ کے فیصلے بہت موزوں ہوتے تھے پھر بھی ان کیلئے یہ تحریر لکھ دی کہ تم لوگ میرے پاس اللہ کے نبی ﷺ کی ایک تحریر لیکر آئے ہو جس میں تمہارے لیے تمہاری جان' تمہارے مال کے سلسلے میں شرط لکھی ہے تمہارے لیے محمد ﷺ ابوبکر رضی اللہ عنہ اور عمر رضی اللہ عنہ نے جو کچھ تحریر فرمایا ہے وہ میں نے پورا کردیا۔ لہٰذا اب جو مسلمان ان کے یہاں جائے اسے ان وعدوں کو پورا کرنا چاہیے جو ان کے ساتھ کیے گئے ہیں نہ انکو دبایا جائے نہ ان کیساتھ ظلم کیا جائے نہ انکے حقوق میں سے کسی قسم کی کمی کی جائے۔

خودکشی کیوں بڑھتی جارہی ہے؟؟؟

اپنی زندگی کا سٹائل بدل ڈالیں‘ ہروقت مسکرائیں۔آپ ایک رکوع ترجمے کے ساتھ روزانہ قرآن پاک کا پڑھیں۔ اشراق کے دونفل پڑھ کر خود کو اللہ کے حوالے کردیں۔ ہر بات کو اور ہر کام کو اللہ کی حکمت سے منسوب کریں

(پروفیسر زاہدہ رحمان خان‘ چنیوٹ)

کچھ عرصہ پہلے میری ایک دوست کی والدہ وفات پاگئیں۔ مجھے کافی عرصہ کے بعد اطلاع ملی‘ میں ان سے تعزیت کرنے ان کے گھر گئی۔تعزیت کے بعد انہوں نے روتے ہوئے کہا کہ ان کی والدہ کی جدائی کے بعد رشتہ داروں نے ان پر جادو ٹونہ کردیا ہے‘ وہ مایوسی کا شکار ہیں‘ لہٰذا انہوں نے خودکشی کی بھی کوششیں کیں۔لہٰذا وہ کسی ایسے جادوئی ٹوٹکے کی منتظر ہیں جس سے ان کی ساری پریشانی اور مایوسیاں اور جادوٹونہ ختم ہوجائے۔ میں نے ان سے کہا کہ وہ جادوئی ٹوٹکہ میرے پاس ہے۔اور وہ ہے اللہ کا ذکر اور جادوئی ٹوٹکے سے خودکو کس طرح ٹھیک کرنا ہے میں آپ کو بتاتی ہوں۔

البتہ باقی باتوں کا ذکر کرنا چاہوں گی کہ جب والدہ کی جدائی ہوئی انہوں نے اس بات کو ذہن پر سوار کرلیا اور جب مایوسی کا باقاعدہ شکار ہوئیں اور ان میں جذباتی تبدیلیاں آئیں تو اس کو انہوں نے جادوٹونے سے تعبیر کیا۔ یہ تبدیلیاں دراصل اس مایوسی کی پیداوار ہیں۔

انسانی شعور دنیا کا سب سے بڑا جادوٹونہ ہے جب آپ اس میں مایوسی در مایوسی بھرتے ہیں تب اس کا بھی توری ایکشن ہوگا۔ ایک چیز جو آپ کو بُرے حالات اور مایوس کن صورتحال میں سنبھالتی ہے وہ ہے ہمارا دین اور ایمان۔لیکن خودکشی کی کوششوں سے پتہ چلتا ہے آپ کا دین اور ایمان کتنا کمزور ہے۔

میں ان سے کہا آپ ڈیپریشن کی مریضہ ہیں۔یکسوئی کی مشقوں سے آپ میں تبدیلیاں آئیں گی جس سے آپ کے دل کی گھٹن آہستہ آہستہ ختم ہوجائے گی اور آپ کا شعور آپ کے قابو میں آجائے گا اور جو واقعات آپ کی یادداشت میں گھومتے ہیں ان پر بھی آپ کا کنٹرول ہوجائیگا۔یکسوئی کی مشقوں سے ہونے والی تبدیلیوں سے گھبرائیں نا بلکہ اس وقت تک عمل کرنا ہے جب تک آپ ایک مکمل نارمل حالت میں نہ آجائیں چاہے ایک مہینہ لگے یا دو۔

اللہ پاک آپ پر نہایت مہربان ہیں۔اسی کا اندازہ اس بات سے لگائیں کہ آپ خودکشی کی کوشش کے باوجود اس لیے زندہ ہیں کہ اللہ پاک آپ کو حرام موت نہیں مارنا چاہتے تھے بلکہ ایک مومن کے روپ میں دیکھنا چاہتے ہیں۔اب آپ نے ایک مومن کی زندگی کیلئے کوشش کرنی ہے اور صرف اللہ کیلئے جینا ہے۔جس کی نظر میں اس دنیا کی کوئی اہمیت نہ ہو اہمیت ہو تو صرف اللہ کی رضا کی۔اپنی زندگی کا سٹائل بدل ڈالیں‘ ہروقت مسکرائیں۔آپ ایک رکوع ترجمے کے ساتھ روزانہ قرآن پاک کا پڑھیں۔ اشراق کے دونفل پڑھ کر خود کو اللہ کے حوالے کردیں۔ ہر بات کو اور ہر کام کو اللہ کی حکمت سے منسوب کریں۔ ہر حالت میں صبر وتوکل اور صبر وشکر کے دامن کو ہاتھ سے نہ جانے دیں۔چاہے یہ آپ کے ظلم سے ہی کیوں نہ حالات پیدا ہوئے ہوں۔توبہ استغفار ہمارے پاس ہتھیار ہے‘ گناہوں سے پاک صاف ہونے کا۔اور آئندہ گناہ نہ کرنے کا عزم ہمیں اللہ پاک کے قریب کردیتا ہے۔

میرا دین اور ایمان بھی بہت کمزور تھا۔جب میرا بیٹا شدید مصائب وآلام کو جھیل کر اس دنیا سے چلا گیا تو میں بےچینی‘ اضطراب اور نفسیاتی امراض کا مزید مجموعہ بن گئی‘ بچہ یاد آتا تو کسی پل چین نہ ملتا‘ سوچتی کاش اتنی تکلیف سے پہلے مجھے موت آجاتی‘ سوچتی اس نے کیا گناہ کیا تھا اگر یہی تکلیف میرے بچے کے بجائے مجھے ہوجاتی تو میں اتنا کبھی نہ تڑپتی‘ نہ سوچتی اور نہ ہی محسوس کرنا تھا۔اگر مرجاتی تو ایک بےدین کی موت مرتی۔اللہ پاک نے معصوم بچے کو تو اپنی رحمت میں ڈھانپ ہی لیا ہوگا لیکن مجھے بھی ہدایت ہوئی کہ سب کچھ مجھے ہدایت دینے کیلئے ہوا اور پھر میں نے اللہ کے ذکر میں سکون تلاش کیا بلکہ بہت کچھ پایا اور اپنے جیسے ان نفسیاتی مریض بہن بھائیوں کیلئے وہ سب کرنا چاہتی ہوں جس کی ذمہ داری میں اپنے کندھوں پر محسوس کرتی ہوں۔

اللہ پاک کے فضل وکرم سے میرے دو بیٹے اور ایک بیٹی ہے اور میں ایک پرسکون اور خوشگوار زندگی گزار رہی ہوں۔اللہ کرے کہ آپ کو بھی ایسی پرسکون اور خوشحال زندگی میسر ہو اور جب آپ کا اس دنیا سے رخصت ہونے کا وقت آئے تو کلمہ طیبہ پر اس کا اختتام ہو کیونکہ بہرحال اس دنیا سے جانا ہے اور اللہ پاک ایمان کے ساتھ لے جائے یہی کامیابی ہے۔

آخر خودکشی کیوں......؟؟؟

(حبیب الرحمٰن‘ مانسہرہ)

خودکشی یا زندگی سے دوری یعنی اکیسویں صدی کا ایک بہت بڑا اور پیچیدہ مسئلہ ہے‘ خودکشی کے رجحانات دن بدن بڑھتے جارہے ہیں‘ خودکشی صرف اسلامی جمہوریہ پاکستان کا مسئلہ ہی نہیں بلکہ پوری دنیا اس پیچیدہ مسئلے کا شکار ہے۔الیکٹرانک میڈیا اور پریس والے بھی خودکشی کے واقعات کو خوب کوریج دے رہے ہیں کیونکہ خودکشی کے واقعات ہر دوسرے دن اخبار میں پہلے دن کی نسبت زیادہ پڑھنے کو ملتے ہیں۔ معاشرے میں خودکشی کی بڑی وجہ دین سے دوری‘ ڈیپریشن‘ بڑھتی ہوئی مہنگائی‘ بیروزگاری‘ غربت وافلاس‘ بےچینی اور مایوسی ہے۔ان تمام علامات کے اثرات ہمارے سامنے ایک خوفناک وبھیانک شکل میں آرہے ہیں۔اس مسئلے کے حل کیلئے اور اس کی روک تھام کیلئے اہل اقتدار طبقہ سمیت ہمیں اس بھیانک مسئلے کے حل کیلئے ہر ممکن کام کرنا ہوگا۔

اس پیچیدہ فعل کا پس منظر دیکھنا ہوگا کہ یہ بڑا و مذموم فعل کن وجوہات کی وجہ سے ہمارے اسلامی معاشرے میں آیا......؟

میرے خیال سے تو اس کی بنیادی وجہ مغرب کی تقلید ہے جس نے ہمیں مادیت پرستی کی طرف مائل کیا ہے اور اہل مغرب ہمیں اپنی قوت وطاقت سے دبانے کی کوشش کررہا ہے۔آخر ہم ایسا کیوں کرتے ہیں؟ ایک خوبصورت زندگی کو موت کے منہ میں دھکیل رہے ہیں‘ انسان سوچے تو معلوم ہوتا ہے کہ زندگی ایک مہکتا ہوا پھول ہے زندگی تو صرف ایک بار ملتی ہے پھر اس سے دور کیوں......؟

اگر دیکھا جائے تو خودکشی ایک بیمار ذہن کا فعل ہے جو اندھیروں‘ جہالت‘ مایوسیوں میں اس قدر دب کر رہ جاتا ہے کہ اسے زندگی کا بظاہر کوئی فائدہ اور کوئی رنگینی نظر نہیں آتی اور وہ خودکشی کے مذموم فعل کی طرف مائل ہوتا ہے۔

اس مذموم فعل کی روک تھام کیلئے اہل قلم کو اپنا کردار ادا کرنا چاہیے تاکہ اس برے و مذموم فعل کو روکا جاسکے۔

(بقیہ: درس سے فیض پانے والے)

اور جس جس شخص نے دعا کیلئے کہا تھا ان کیلئے اور پورے عالم کیلئے غیرمسلمانوں کیلئے بس جو جو دل میں آیا۔اللہ سے باتیں کی اور اللہ نے یہ بھی توفیق دی کہ میرے ان ناپاک ہونٹوں نے حجرے اسود کو بوسہ دیا۔ حضرت جی میں اپنے دل کی کیفیات کو بیان نہیں کرسکتا۔بس اب اپنے آقا پیارے نبی حضرت محمد ﷺ کے روضہ مبارک کی زیارت کا شرف حاصل کرنا ہے انشاءاللہ اس ہفتے ترتیب بنائی ہے اگر اس حقیر کا بلاوا ہوا تو یہ شرف بھی نصیب ہوجائے گا۔حکیم صاحب یہ سب درس میں آنے کی برکت سے مجھے ملا ہے۔ (ایک مخلص)

موسمی تبدیلی اور صحت پر اثرات

ڈاکٹر خالد محمود جنجوعہ

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے جس میں سلینیم' کاپر' زنک' میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای' اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں

انسان دنیا کے ہر خطہ میں موجود ہے جس میں برفانی علاقوں سے لے کر گرم ترین علاقے شامل ہیں۔ کچھ علاقے ایسے ہیں جہاں انسان کا قیام کرنا مشکل ہے۔ لہٰذا تھوڑے وقت کیلئے لوگ وہاں جاتے ہیں۔ انسانی جسم ماحول کے مطابق اپنے آپ کو ڈھالنے کی خوبی رکھتا ہے اور جسم پر سردی اور گرمی کے اثرات کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ پاکستان میں درجہ حرارت میں فرق کافی پایا جاتا ہے جو کہ گرمیوں میں 50 ڈگری سینٹی گریڈ تک پہنچ جاتا ہے اور سردیوں میں دس درجہ سینٹی گریڈ تک آجاتا ہے۔ 40 ڈگری سینٹی گریڈ کا فرق انسانی جسم پر کافی مضر اثرات مرتب کرسکتا ہے اور ان مضر اثرات کو زائل کرنے اور موسم کی مطابقت کے لحاظ سے خوراک اور جسم کو ڈھانپنے لباس اور اس کے ساتھ کچھ احتیاطی تدابیر کا اختیار کرنا نہایت ضروری ہے اگر احتیاطی تدابیر اختیار نہ کی جائیں تو انسان کے جسم میں نائٹروجن کا عدم توازن منفی توانائی اور جسم میں پانی کی کمی جیسی بیماریوں سے واسطہ پڑسکتا ہے اور اس کے ساتھ جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنا' چکنائی کا ہضم نہ ہونا' اساسی وتیزابی تبدیلی' دھاتی آئنز کا توازن' عضلات کے گائی کوجن کے ذخیرہ میں کمی' عضلات واعصاب کی حرکت کا کام کرنے کی صلاحیتوں کا ختم ہوجانا کی تبدیلیاں جسم میں وقوع پذیر ہوجاتی ہیں جو مختلف عوارض کا باعث بنتی ہیں۔

موسم کی تبدیلی کے منفی اثرات کو زائل کرنے کیلئے انسانی جسم میں معدنی مرکبات کی کمی نہیں ہونی چاہیے جس میں سلینیم' کاپر' زنک' میگانیز سرفہرست ہیں۔ وٹامنز میں وٹامن ای' اے اور وٹامن سی موسمی تبدیلی کے منفی اثرات کو ختم کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آیئے دیکھئے خوراک میں کونسی ایسی چیزیں ہیں جن میں مندرجہ بالا معدنیات اور وٹامنز شامل ہیں۔

سلینیم: لہسن۔ **کاپر:** چنے۔ **زنک:** مٹر' مچھلی دودھ۔ **وٹامن ای:** تل' وٹامن اے: گاجر۔ **وٹامن سی:** مالٹا' کینو' گرے فروٹ۔ خدا تعالیٰ کی شان دیکھئے کہ یہ تمام اشیاء سردیوں میں وافر مقدار میں میسر آتی ہیں اگر پرانی روایات کو دیکھا جائے تو اس خطہ میں سردیوں کی آمد کے ساتھ چکنائی کا استعمال بڑھ جاتا تھا۔ لوگوں میں مختلف اقسام کے حلوے جس میں چنوں کا حلوہ' سوہن حلوہ' ماش کی دال کا حلوہ' انڈوں کا حلوہ' گاجروں کا حلوہ' مغزیات والا گڑ' مونگ پھلی' اخروٹ' بادام' شہد' چلغوزہ وغیرہ کا استعمال بھی بڑھ جاتا تھا۔ اگر طبی نقطہ نظر سے دیکھا جائے تو مونگ پھلی میں لحمیات کی ایک بڑی مقدار موجود ہے جو انسانی جسم کے اندر ہائیڈروجن کے توازن کو برقرار رکھ سکتی ہے۔ مغزیات مختلف معدنیات کا ذخیرہ ہیں۔ جیسے کہ تل کے ایک سو گرام میں تقریباً 1.5 گرام کے قریب کیلشیم پایا جاتا ہے۔ یہ معدنیات آئنز کے توازن کو برقرار رکھنے میں قابل ذکر کردار سرانجام دیتی ہیں جسم کے درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے قدرت نے جسم میں ایسے عوامل پیدا کیے ہیں جو ماحول کی مطابقت کے مطابق جسم کو درجہ حرارت مہیا کرتے ہیں۔ لہٰذا سردیوں میں سردی کی وجہ سے نظام انہضام کے ساتھ دوسرے نظاموں میں بھی تیزی آجاتی ہے کیونکہ جسم کا درجہ حرارت قائم رکھنے کیلئے توانائی کی ضرورت ہوتی ہے اور جسمانی درجہ حرارت کو قائم رکھنے کیلئے خوراک ہی ایک ایسا عنصر ہے جو اہم کردار ادا کرتا ہے۔

انسانی لباس بھی جسم کو گرم رکھنے میں یعنی جسمانی حرارت کو زائل ہونے میں کمی کرتا ہے۔ لہٰذا سردیوں میں گرم (اون) اور موٹے سوتی کپڑوں کا استعمال بڑھ جاتا ہے۔ گھروں کو گرم رکھا جاتا ہے۔ لیکن بدقسمتی سے ہمارے لوگ خوراک کے بارے میں زیادہ باشعور نہیں ہیں۔ لہٰذا اس غفلت کی وجہ سے سردیوں میں نزلہ' فلو' زکام' کھانسی' نمونیا' جسمانی خشکی' ہاتھ پاؤں کا پھٹ جانا اور سوزش کا ظاہر ہونا' دردوں کے امراض کا بڑھ جانا شامل ہے۔ آیئے! ہم دیکھتے ہیں کہ ان امراض کی کیا وجوہات ہیں۔

انسان اس وقت کسی مرض میں مبتلا ہوتا ہے جب اس کا قوت مدافعت کا نظام کمزور ہوجاتا ہے جس کے ساتھ ساتھ جسمانی طور پر تیزابی اساسی توازن بگڑ جاتا ہے اور آئنز کا توازن برقرار نہیں رہتا۔

سردیوں میں خاص کر خواتین میں فولاد کی کمی واقع ہوجاتی ہے جس کیلئے فولادی گولیوں کا استعمال ضروری ہے کیونکہ یہ جسم میں حرارت پیدا کرنے میں کافی اہم کردار ادا کرتا ہے۔

سردیوں کے موسم میں وٹامن سی کے ساتھ اکسیر البدن ایک دوسرے کی افادیت کو دوگنا کردیتے ہیں۔

انسانی جسم میں زنک کی کمی کی وجہ سے جلد پر خشکی کے آثار نمایاں ہوجاتے ہیں اور نزلہ وزکام بھی زنک کی کمی کی طرف اشارہ کرتا ہے اور اس کے علاوہ انسانی جسم کا قوت مدافعت کا انحصار بھی زیادہ تر زنک پر ہی ہے۔

جڑی بوٹیوں پر مبنی چائے اور جوشاندے

روس میں سائبیریا کی شدید سردی میں ایک خاص بوٹی کا جوشاندہ جس کو ایلوتھر روکوکس سن ٹی کوسس کہتے ہیں جس کو روسی جن سنگ کے نام سے منسوب کرتے ہیں۔ فیکٹری ورکروں کو پلایا جاتا ہے جس سے وہ سردی کے موسم میں بھی باآسانی اپنا کام سرانجام دے سکتے ہیں اور فیکٹری ورکروں کی تعداد سردیوں میں کم نہیں ہوتی۔ ورنہ اس کے بغیر تقریباً اسی فیصد لیبر سردیوں میں کسی نہ کسی مرض میں مبتلا ہوکر چھٹی لینے پر مجبور ہوجاتی تھی۔

ہمارے ہاں استعمال ہونے والی چائے بھی اسی وجہ سے مقبول ہوئی کہ یہ وقتی طور پر انسان کے جسمانی نظاموں کو تیز کردیتی ہے اور محرک کے طور پر کام کرتی ہے۔

میتھروں کا جوشاندہ سردیوں میں بہترین ٹانک ہے اور سردی کے اثرات سے بچاتا ہے۔

شہد اور پانی ملا کر پکا کر پینے سے انسان سردی کے اثرات سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ بچوں کو سوتے وقت شہد دینا ان کو نمونیا وغیرہ سے دور رکھتا ہے۔

کھجوروں کا سردیوں میں استعمال سردی کے منفی اثرات کو کم کرنے میں کافی مدد دیتا ہے۔

بادیاں خطائی والی چائے کشمیری قبیلوں میں سردیوں میں بڑے شوق سے پی جاتی ہے۔ بہترین ٹانک ہے۔

سردیوں کے موسم میں بدن پر خشکی ظاہر ہونا شروع ہوجاتی ہے۔ گلیسرین اور عرق گلاب خالص کا آمیزہ جسم پر مالش کرنے سے خشکی ختم ہوجاتی ہے اگر روغن خشخاش کا استعمال کرلیا جائے تو یہ نہایت مفید ہے اور نمی قائم رکھنے والی بازار میں بکنے والی قیمتی کریم سے ہزار درجہ بہتر اور سستا ہے۔ ویزلین' جست اوکسائڈ اور روغن خشخاش کا مرکب جلد کیلئے بے حد مفید ہے۔

عام طور پر یہ شکایت ہوتی ہے کہ مونگ پھلی کھانے سے بلغم ہوجاتی ہے۔ اچھی بھنی ہوئی مونگ پھلی بلغم پیدا نہیں کرتی اس کے ساتھ گڑ کا استعمال ضرور کریں۔ سردیوں میں بنفشہ کھانسی کیلئے بہترین دوا ہے۔

عیدالضحیٰ کا خاص الخاص مقبول عمل

جوکوئی عید الاضحیٰ کے دن نمازِ عید کی ادائیگی کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۂ الشمس پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اس کو حج کا ثواب عطا ہوگا

ذی الحجہ اسلامی سال کا بارھواں مہینہ ہے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے فرمایا کہ تمام مہینوں کا سردار رمضان المبارک کا مہینہ ہے اور تمام مہینوں میں حرمت والا مہینہ ذی الحجہ ہے۔

وظائف:۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام نے ارشاد فرمایا کہ وقوف عرفہ میں اس دعا سے افضل اور کوئی قول یا عمل نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ اس دعا کو پڑھنے والے کی طرف توجہ فرماتا ہے۔ حضرت علی رضی اللہ تعالیٰ عنہ فرماتے ہیں کہ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام عرفات میں قبلہ رو ہو کر دعا مانگنے والے کی طرح دونوں دستِ مبارک پھیلا کر تین مرتبہ لبیک فرماتے' پھر ایک سو مرتبہ یہ فرماتے **لَا اِلٰـہَ اِلَّا اللّٰہُ وَحْدَہٗ لَا شَرِیْکَ لَہٗ لَہُ الْمُلْکُ وَلَـہُ الْـحَمْدُ یُحْیِ وَیُمِیْتُ بِیَدِہِ الْخَیْرُ وَھُوَ عَلٰی کُلِّ شَـیْ ءٍ قَـدِیْـرٌ** ۔پھر ایک سو مرتبہ یہ (مبارک کلمات ارشاد) فرماتے۔

لَا حَـوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ اَشْھَدُ اَنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْ ءٍ قَدِیْرٌ وَ اَنَّ اللّٰہَ قَدْ اَحَاطَ بِکُلِّ شَیْ ءٍ عِـلْـمًا ۔اس کے بعد تین مرتبہ یہ فرماتے **اِنَّ الـلّٰـہَ ھُوَ السَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ** ۔پھر تین مرتبہ سورہ فاتحہ پڑھتے۔ ہر مرتبہ سورۂ فاتحہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم سے شروع فرماتے اور آمین پر ختم کرتے اس کے بعد پھر ایک سو مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھتے۔ پھر ایک مرتبہ یہ پڑھتے۔ **بِسْمِ الـلّٰـہِ الـرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَلـلّٰھُمَّ صَلِّ عَلَی النَّبِیِّ الْاُمِّیِّ وَ رَحْمَۃُ اللّٰہِ وَ بَرَکَاتُہٗ.** اس کے بعد آپ صلی اللہ تعالیٰ علیہ وسلم جو چاہتے دعا فرماتے۔ حضور نبی کریم علیہ الصلوٰۃ والسلام ارشاد فرماتے ہیں کہ جو شخص اس طرح دعا کرتا ہے فرشتوں سے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے' میرے بندہ کو دیکھو اس نے میرے گھر کی طرف رُخ کیا۔ میری بزرگی بیان کی' تسبیح وتہلیل میں مشغول ہوا اور جو سورۃ مجھے سب سے زیادہ محبوب تھی وہی پڑھی اور میرے رسول پر دُرود بھیجا۔ میں تم کو گواہ بناتا ہوں کہ میں نے اس کے عمل کو قبول کیا اس کے اجر کو واجب کر دیا' اس کے گناہ بخش دیئے اور اس نے جو کچھ مانگا میں نے اس کی سفارش قبول کی۔ (غنیتہ الطالبین)

عیدالاضحیٰ کی شب:۔ جوکوئی عید الاضحیٰ کی شب چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت کے بعد ستر مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کی معافی عطا فرمائے گا۔ جوکوئی عید الاضحیٰ کے دن نمازِ عشاء کے بعد دس رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد دس مرتبہ سورۂ والضحیٰ اور تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور نماز سے فارغ ہونے کے بعد ایک سو مرتبہ استغفار اور ایک سو مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے تو انشاء اللہ تعالیٰ ثوابِ عظیم حاصل ہو۔ جوکوئی عیدالضحیٰ کی شب بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر مرتبہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ سلام کے بعد ایک مرتبہ **سُبْحَانَ الـلّٰـہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہ** پڑھے پھر دس مرتبہ سورۂ اخلاص' ایک مرتبہ سورۂ الناس پڑھے تو انشاء اللہ اس کو دس شہیدوں کا ثواب عطا ہوگا اور اللہ تعالیٰ اپنے فضل وکرم سے اسے جنت الفردوس میں جگہ عنایت فرمائے گا۔ **عیدالاضحیٰ کے دن:۔** جوکوئی عید الاضحیٰ کے دن نمازِ عید کی ادائیگی کے بعد دو رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد پانچ پانچ مرتبہ سورۂ الشمس پڑھے تو بفضلِ باری تعالیٰ اس کو حج کا ثواب عطا ہوگا۔ جوکوئی عید الاضحیٰ کی نماز کے بعد چار رکعت نفل نماز اس طرح سے پڑھے کہ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اعلیٰ ایک مرتبہ پڑھے' دوسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ والشمس' تیسری رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ والضحیٰ اور چوتھی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے۔ نماز پڑھنے کے بعد اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے تو پروردگار عالم اس کے گناہوں کی معافی فرمائے گا۔ پھر جب عید گاہ سے نماز پڑھ کر گھر میں آئے تو دو رکعت نفل نماز پڑھے ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد تین تین مرتبہ سورۂ الکوثر پڑھے اگر مفلس ہے تو انشاء اللہ تعالیٰ قربانی کرنے کا ثواب حاصل ہوگا۔ عید الاضحیٰ کے دن جوکوئی ظہر کی نماز کے بعد بارہ رکعت نفل نماز دو دو رکعت کر کے اس طرح سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد ایک مرتبہ آیۃ الکرسی' گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ اخلاص' گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ الفلق اور گیارہ گیارہ مرتبہ سورۂ والناس پڑھے۔ نماز سے فارغ ہونے کے بعد گیارہ مرتبہ دُرودِ پاک پڑھے اور پھر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے تو بفضل باری تعالیٰ اس کو قیامت کے دن آسانی ہوگی۔ اللہ تعالیٰ گناہوں کو معاف فرما دیگا اور نامہ اعمال میں نیکیاں لکھ دے گا۔

ماہانہ روحانی محفل

روحانی محفل مرکز روحانیت وامن میں اجتماعی نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 11 نومبر بروز جمعہ صبح 11 تا 12 بج کر 21 منٹ تک 16 نومبر بروز بدھ سہ پہر 3 بجکر 11 منٹ سے لیکر 4 بجکر 45 منٹ تک 27 نومبر بروز اتوار مغرب تا عشاء **یَـاعَظِیْمُ یَـاعَـلِـیُّ یَـاقَـادِرُ** پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سو فی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپکے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا' اپنے لیے اور اپنے عزیز واقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپکی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1۔ روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کر لیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر:۔ حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کا رسالہ بہت زبردست ہے اس میں روحانی محفل کے کالم نے میری زندگی کا سب سے بڑا مسئلہ حل کر دیا ہے۔ محترم حکیم صاحب میرے تین بچے ہیں دو بیٹے اور ایک بیٹی۔ تینوں کی عمریں ابھی آٹھ سے لیکر 12 سال تک ہیں۔ لیکن تینوں نہایت ضدی اور بدتمیز تھے جس کی وجہ سے میں بہت پریشان تھی۔ میں نے مسلسل تین ماہ روحانی محفل مکمل توجہ اور یقین کے ساتھ کی اور اللہ سے بچوں کو راہ راست پر لانے کی دعا کی۔ (باقی صفحہ نمبر 13 پر)

شاہ صدر الدین دہلویؒ کے روحانی وظائف

خونی بواسیر بہت تکلیف دہ مرض ہے اس کا علاج کسی باقاعدہ حکیم حاذق اور مستند طبیب سے کرایا جائے اگر بواسیر کی تکلیف حد سے زیادہ بڑھ جائے اور ناقابل برداشت بن جائے تو مریض باوضو یہ کلمات پڑھ کر شہادت کی انگلی پر دم کرے

آسیب کے دفع ہونے کیلئے

جس گھر میں جن یا آسیب کا شبہ ہو یا جن یا آسیب اہل خانہ کو نظر آتا ہو اس گھر میں مندرجہ ذیل کلمات باوضو لکھ کر ہر کمرے میں دروازے کے اوپر لگادے اور کمرے کے اندر دروازے کے بالکل سامنے دیوار پر بھی لگادے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جن آسیب اس گھر سے چلے جائیں گے۔ وہ کلمات یہ ہیں:

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ. مَاشَآ ءَ اللّٰہُ کَانَ وَمَالَمْ یَشَاءُ لَمْ یَکُنْ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ الْعَلِیِّ الْعَظِیْمِ o فَاللّٰہُ خَیْرٌ حَافِظًا وَّھُوَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ یَابَدُّوْحُ یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ.

جلندر‘ پھوڑا‘ سوجن ختم کرنا

اگر کسی کے جلندر ہو‘ پھوڑا‘ بدھ ہو یا دنبل ہو اور اس جگہ سوجن آگئی ہو تو باوضو مندرجہ ذیل آیات سات دن تک برابر روزانہ سات مرتبہ پڑھ کر دم کریں۔ انشاء اللہ سات دن میں مرض دور ہوجائے گا۔

بَلَآءً حَسَنًا ط اِنَّ اللّٰہَ سَمِیْعٌ عَلِیْمٌ o

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o اَلَمْ تَرَ اِلَی الَّذِیْنَ خَرَجُوْا مِنْ دِیَارِھِمْ وَھُمْ اُلُوْفٌ حَذَرَ الْمَوْتِ ص فَقَالَ لَھُمُ اللّٰہُ مُوْتُوْا قف (البقرہ 243)

ہر قسم کے درد سے حفاظت

اگر کسی شخص کو سردی کے موسم میں یا برسات میں کوئی پرانا درد تنگ کرتا ہو تو اس سے حفاظت کیلئے بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء باوضو آیات ذیل کو سات بار پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے تمام بدن پر ہاتھ پھیر لے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس عمل کی برکت سے محفوظ رہے گا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ خَلَقَ السَّمٰوٰتِ وَالْاَرْضَ وَجَعَلَ الظُّلُمٰتِ وَالنُّوْرَ ط ثُمَّ الَّذِیْنَ کَفَرُوْا بِرَبِّھِمْ یَعْدِلُوْنَ o (سورۃ الانعام 1)

بڑھاپے میں کم سنائی دینا

اگر کسی آدمی کی سننے کی طاقت کم ہوگئی ہو اور اسے کم سنائی دیتا ہو تو عشاء کی نماز کے بعد 41 بار مندرجہ ذیل آیت باوضو پڑھ کر دونوں ہاتھوں پر دم کرکے تین مرتبہ ہاتھ اپنے چہرے پر اور کانوں پر پھیر لے۔ اکتالیس روز بلاناغہ عمل کرنے سے انشاء اللہ تعالیٰ کان کی قوت سماعت بحال ہوجائے گی۔ وہ آیت یہ ہے:۔

فَقَضٰھُنَّ سَبْعَ سَمٰوٰتٍ فِیْ یَوْمَیْنِ وَاَوْحٰی فِیْ کُلِّ سَمَآءٍ اَمْرَھَا ط (حم سجدہ 12)

خونی بواسیر کی تکلیف سے نجات

خونی بواسیر بہت تکلیف دہ مرض ہے اس کا علاج کسی باقاعدہ حکیم حاذق اور مستند طبیب سے کرایا جائے اگر بواسیر کی تکلیف حد سے زیادہ بڑھ جائے اور ناقابل برداشت بن جائے تو مریض باوضو یہ کلمات پڑھ کر شہادت کی انگلی پر دم کرے اور اس انگلی کو پانی کے برتن میں ڈبو دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بواسیر کی تکلیف سے فوراً آرام آجائے گا اور بے چینی ختم ہوجائے گی۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

ھُوَ اللّٰہُ الَّذِیْ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ ج اَلْمَلِکُ الْقُدُّوْسُ السَّلٰمُ الْمُؤْمِنُ الْمُھَیْمِنُ الْعَزِیْزُ الْجَبَّارُ الْمُتَکَبِّرُ ط سُبْحٰنَ اللّٰہِ عَمَّا یُشْرِکُوْنَ o (حشر، 23)

تشخیص (پہچان) جنات

اگر کسی مریض کی بابت معلوم نہ ہو کہ اس پر سحر کیا ہوا ہے یا جنات کا اثر ہے یہ معلوم کرنے کیلئے مریض کو وضو کرا کے ایک پاک کپڑے پر سامنے بٹھا لیا جائے اور عامل گیارہ مرتبہ باوضو یہ کلمات پڑھ کر مریض پر دم کرے۔ اگر مریض پر جنات‘ آسیب یا پری کا اثر ہے تو وہ حاضر ہو کر بات کرنے لگیں گے۔ اس کے بعد گیارہ بار یَاحَفِیْظُ پڑھ کر مریض پر دم کرے انشاء اللہ جنات کا اثر فوراً ختم ہوجائے گا اور مریض صحیح حالت میں ہوجائے گا۔

وہ الفاظ جو پڑھ کر مریض پر دم کرنے ہیں یہ ہیں:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَاحَفِیْظُ یَابَدِیْعُ یَابَدِیْعُ یَابَدِیْعُ یَابَدِیْعُ الْعَجَائِبِ یَابَدِیْعُ.

آسانی کے ساتھ بچہ کی پیدائش

اگر عورت کے بچہ ہونے کا درد ہو لیکن بچہ پیدا ہونے میں دشواری ہو اور عورت سخت تکلیف میں مبتلا ہو تو ایسی صورت میں گڑ کی تین ڈلی (گڑ کے ٹکڑے) لے اور اول تین بار درود شریف پڑھے اس کے بعد تین مرتبہ درج ذیل آیت پڑھے اور آخر میں تین بار درود شریف پڑھے اور اس گڑ کی ایک ڈلی پر دم کردے۔ اسی طرح بار بار پڑھ کر ایک ایک ڈلی پر دم کرے اور وہ تینوں ڈلیاں عورت کو کھلادیں۔ اس گڑ کی ڈلیوں کے کھاتے ہی انشاء اللہ تعالیٰ جلد بچہ پیدا ہوجائے گا۔ وہ آیت اور کلمات یہ ہے:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ o فَلْیَنْظُرِ الْاِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ o خُلِقَ مِنْ مَّآءٍ دَافِقٍ o یَّخْرُجُ مِنْ م بَیْنَ الصُّلْبِ وَالتَّرَآئِبِ o یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِرَحْمَتِکَ اَسْتَغِیْثُ ط (طارق، 4تا 7)

تیسرے دن کے بخار کا خاتمہ

اگر کسی کو تیسرے دن بخار چڑھتا ہو اور درمیان کے ایک دن بخار نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے پاک روئی لے کر سات بار سورۂ فاتحہ باوضو پڑھ کر روئی پر دم کرکے مریض کے دائیں کان میں لگادیں اس کے بعد سورۂ فاتحہ پانچ بار پڑھ کر روئی پر دم کریں اور مریض کے بائیں کان میں لگادیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بخار ختم ہوجائے گا۔

پھلوں کے رس اور ان کے فوائد

ڈاکٹر امان اللہ بسمل

پھلوں میں زیادہ حصہ پانی ہوتا ہے۔ تمام پھلوں میں چکنائی بھی ہوتی ہے اور بعض میں شکر اور نشاستہ یہ طاقت کیلئے بہت مفید ہیں جو شکر ہمیں پھلوں سے میسر آتی ہے وہ دوسری اقسام کی شکر کے مقابلے میں زیادہ لذیذ اور زود ہضم ہوتی ہے اور خاص طور پر جسم کو حرارت اور قوت دیتی ہے

ہم جب بھی بیمار پڑتے ہیں بیماری سے چھٹکارا حاصل کرنے کیلئے دوا کا سہارا لیتے ہیں۔ ہم روزمرہ زندگی میں کھانے کی جو چیزیں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر اشیاء اپنی علیحدہ علیحدہ طبی خاصیت رکھتی ہیں جب بھی ہماری جسمانی صحت بگڑتی ہے تو اس کی بحالی کیلئے بہتر اور عمدہ غذا کا استعمال انتہائی مفید ثابت ہوتا ہے اگر کسی بیمار کو مناسب غذا اور پھل استعمال کروائے جائیں تو یہ علاج سے کم نہیں ہے۔ بعض روز مرہ استعمال میں آنے والی سبزیاں اور پھل اپنے اندر شفا بخش قوت رکھتے ہیں اور اگر انہی کے ذریعے نحیف اور کمزور افراد کو طاقت مہیا کی جائے تو یہ انتہائی مناسب طریقہ ہے۔ شیریں پھل ہمارے لیے قدرت کی طرف سے من وسلویٰ ہیں کیونکہ ان میں اور دوسری قسم کے پھلوں میں جو سورج کی حرارت سے پکتے ہیں شکر اور دوسرے طاقتور اجزا پائے جاتے ہیں جو مریض کو شفاء اور کمزوروں میں قوت پیدا کرتے ہیں۔

پھل زود ہضم ہیں: مختلف قسم کے پھلوں کے ہضم ہونے میں مختلف وقت درکار ہوتا ہے۔ کچھ پھل جلد اور کچھ دیر سے لیکن عام طور پر پھل زود ہضم بھی ہوتے ہیں اگر پھل خوب اچھی طرح سے پکے ہوئے ہوں اور انہیں خوب چبا کر کھایا جائے تو اعضاء ہضم کو ان کے ہضم کرنے میں دقت نہیں ہوتی۔ پھلوں کا رس جلد ہضم ہو جاتا ہے اور رگ وریشہ میں فوراً پہنچتا ہے۔ ان میں پانی کے علاوہ شکر' ترشی اور نمک تینوں طاقت بخش چیزیں موجود ہیں لہٰذا پھلوں کا ہضم ہونا اس غذا پر منحصر ہے جو ان کے ہمراہ کھائی جاتی ہے۔ بعض لوگ دودھ اور ترش پھلوں کو ایک ساتھ ہی کھا جاتے ہیں اس بے ربط استعمال سے عموماً تکلیف ہو جاتی ہے۔ یہ بھی دیکھنے میں آتا ہے کہ لوگ پھلوں اور ترکاریوں کو ایک ساتھ ہی کھاتے ہیں جبکہ ایسا کرنا غلط ہے کیونکہ اس سے بھی کسی نہ کسی تکلیف کے پیدا ہونے کا احتمال ہوتا ہے جب پیٹ بھر کر کسی سبزی کا استعمال کر بیٹھے ہوں اور اوپر سے پھل کھانا شروع کر دیں تو یہ بھی ٹھیک نہیں بلکہ مناسب وقفہ کے بعد پھل وغیرہ کا استعمال کریں۔ روٹی اور اناج سے بنی ہوئی غذا کے ساتھ پھلوں کا استعمال خواہ پھل کتنے ہی تازہ اور پکے ہوئے کیوں نہ ہوں مناسب نہیں ہے کیونکہ اس سے نظام انہضام متاثر ہوتا ہے یا بدہضمی' قولنج اور اسہال وغیرہ کی شکایت پیدا ہو سکتی ہے۔

پھلوں کی تاثیر: پھلوں میں زیادہ حصہ پانی ہوتا ہے۔ تمام پھلوں میں چکنائی بھی ہوتی ہے اور بعض میں شکر اور نشاستہ یہ طاقت کیلئے بہت مفید ہیں جو شکر ہمیں پھلوں سے میسر آتی ہے وہ دوسری اقسام کی شکر کے مقابلے میں زیادہ لذیذ اور زود ہضم ہوتی ہے اور خاص طور پر جسم کو حرارت اور قوت دیتی ہے۔ پھلوں میں نمک اور ترشی کے علاوہ سب سے زیادہ طاقت بخش چیز فاسفورس بھی موجود ہوتا ہے جو لوگ خرابی خون کی بیماری کے باعث کمی خون کا شکار ہو جاتے ہیں ان کیلئے پھلوں کا نمک بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ ان میں جو ترشی پائی جاتی ہے وہ خوشگوار اور مفرح ہوتی ہے۔ پھلوں کی ترشی کیسی بھی ہو نقصان دہ نہیں ہوتی بلکہ فائدہ مند ہی ہوتی ہے۔

پھلوں کا رس: پھلوں کے رس کا استعمال مریض اور صحت مند دونوں کیلئے یکساں مفید ہے۔ آج کے ماڈرن دور میں ہم ہر پھل کا رس بآسانی گھر پر تیار کر سکتے ہیں۔ جن پھلوں کی خاصیت سرد ہوتی ہے وہ جسم کو ٹھنڈک اور سکون بخشتے ہیں بخار میں مبتلا شخص کو اس کا استعمال کرایا جائے تو مریض جلد صحت یاب ہو جاتا ہے۔ جب بخار کی وجہ سے مریض کے جسم کی جلد خشک ہو' ہونٹ خشک ہو کر ان پر چھلکے بن گئے ہوں بدن گرم ہو تو ایسی حالت میں پھلوں کے رس کا استعمال بکثرت کرانا چاہیے۔ اس سے بخار کم ہو جاتا ہے اور مریض میں توانائی بھی پیدا ہو جاتی ہے۔ نارنگی کا رس زود ہضم ہوتا ہے۔ اناناس' انار' گاجر' چیری' رس بھری' سیب اور اس قسم کے دیگر پھلوں کا تازہ رس مفرح اور طاقت بخش ہوتا ہے۔

معدہ اور جگر پر اثر: کوئی شخص بدہضمی میں مبتلا ہو تو ایسے مریض کو تازہ پھلوں کے رس کا استعمال پندرہ بیس روز تک مسلسل کرانا چاہیے اس سے یقینی طور پر بدہضمی کی شکایت جاتی رہتی ہے۔ یوں سمجھئے کہ معدہ میں بھی ایک رس ہوتا ہے جس کے ذریعے کھانا ہضم ہوتا ہے اگر مریض کو پھلوں کے رس استعمال کروائے جائیں تو معدے میں پہلے سے موجود رس میں پیدا شدہ خرابیاں بھی دور ہو جاتی ہیں۔ جو لوگ شکایت کرتے ہیں کہ ان کا جگر خراب ہے ان کو چاہیے کہ پھلوں کا استعمال کثرت سے کریں۔

معاشرہ کی تعمیر میں عورت کی اہمیت

ابلیس کے نزدیک وہ شیطان بڑا قرار پاتا ہے جس نے سب سے بڑا فتنہ پیدا کیا

حضرت جابر بن عبداللہ کہتے ہیں کہ میں نے رسول اللہ ﷺ کو یہ کہتے سنا۔ ابلیس کا تخت سمندر کے اوپر ہے اور وہ اپنے دستے بھیجتا ہے تو وہ انسانوں کو گمراہ کرتے ہیں۔ ابلیس کے نزدیک وہ شیطان بڑا قرار پاتا ہے جس نے سب سے بڑا فتنہ پیدا کیا ہو تو شیطانوں میں سے ایک آتا ہے اور کہتا ہے کہ میں نے ایسا اور ایسا کیا۔ شیطانوں کا سردار ابلیس کہتا ہے کہ تم نے کچھ نہیں کیا۔ پھر ان میں ایک آتا ہے اور کہتا ہے کہ میں ایک مرد اور ایک عورت کے پیچھے لگا رہا یہاں تک کہ میں نے دونوں کے درمیان جدائی ڈال دی۔ ابلیس اس کو اپنے قریب کرتا ہے اور اس کو لپٹا لیتا ہے اور کہتا ہے کہ ہاں تم نے کیا۔

یہ حدیث بتاتی ہے کہ انسانی معاشرہ میں بگاڑ پیدا کرنے کیلئے شیطان کا سب سے بڑا ہتھیار کیا ہے وہ ہتھیار یہ ہے کہ وہ مرد اور عورت کے درمیان جھگڑے کھڑے کرے اور دونوں کو ایک دوسرے سے دور کر دے۔ قدیم زمانہ میں یہ فتنہ بہت محدود پیمانہ پر پیدا ہوتا تھا یعنی ایک میاں بیوی یا ایک گھر اس فتنہ کا شکار ہوتا تھا مگر موجودہ زمانے میں نئے نئے نظریات نے پوری نسل انسانی کو اس فتنہ میں ڈال دیا ہے۔ موجودہ زمانہ میں عورتوں کی مصنوعی آزادی اور غیر فطری مساوات کا ذہن اتنے پیمانہ پر بنایا گیا ہے کہ قوموں کی قومیں اس سے متاثر ہو کر رہ گئی ہیں۔

اسی کا یہ نتیجہ ہے کہ موجودہ زمانہ میں شادی شدہ زندگی کو برا سمجھا جاتا ہے۔ جدید ترقی یافتہ سماج میں مردوں اور عورتوں کا یہ حال ہے کہ وہ معمولی معمولی باتوں پر طلاق لے لیتے ہیں اس کی وجہ سے گھر اجڑتے ہیں۔ بچے اپنے ماں باپ سے چھوٹ کر مجرمین کے گروہ میں شامل ہو جاتے ہیں۔ جنسی بے راہ روی کی بنا پر طرح طرح کی مہلک بیماریاں پیدا ہو رہی ہیں۔ خاندانی بندھن کا پابند نہ ہونے کا مزاج موجودہ زمانہ میں بہت بڑے پیمانہ پر پیدا ہوا ہے اور وہ بلاشبہ موجودہ زمانہ کا سب سے بڑا مسئلہ ہے۔ گھر کے بگڑنے سے پورا معاشرہ بگڑتا ہے اور معاشرہ بگڑنے سے پوری قوم بگڑ جاتی ہے۔ (صفحہ 100)

عورت کا مقام' اسلام اور جدید تہذیب کی نظر میں کیا ہے؟ پڑھنے کیلئے "عورت اسلام اور جدید سائنس" کا مطالعہ کریں۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

اولاد کی شدید خواہش ☆ ٹانگیں سن ہو جاتی ہیں ☆ کان بہتے ہیں ☆ بال گر رہے ہیں ☆ کمزور جسم

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

کان بہتے ہیں

میری عمر ساٹھ سال ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے دونوں کان بہتے ہیں۔ ایک کان تو اس وقت سے بہہ رہا ہے جب میری عمر تین سال تھی۔ والدہ بتاتی ہیں کہ خسرہ نکلا تھا تو یہ کان خراب ہوا تھا۔ دوسرا کان تقریباً 15 سال سے خراب ہے نہ تو کانوں میں کوئی تکلیف ہوتی ہے اور نہ ہی کوئی درد وغیرہ ہوتا ہے۔ بس دو چار دن کانوں میں پیپ آجاتی ہے پھر کوئی دوائی کھانے یا قطروں کی دوائی سے کان خشک ہوجاتے ہیں۔ ایک مہینہ یا زیادہ سے زیادہ دو مہینے تک یہ خشک رہتے ہیں پھر پیپ نکلنا شروع ہوجاتی ہے جو دو چار دن نکل کر پھر بند ہوجاتی ہے بس یہی سلسلہ کافی عرصہ سے چل رہا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں کہ دونوں کانوں کے پردوں میں سوراخ ہوگیا ہے۔ **(اے زیڈ، حیدر آباد)**

مشورہ: دو عدد خشک انجیر رات کو ایک لیٹر پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو جوش دیں جب ساتواں حصہ پانی رہ جائے تو اتار کر ٹھنڈا کرکے انجیر کھالیں اور پانی پی لیں، سات دن کے بعد دوبارہ مطلع کریں، انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

دائمی زکام

میرے سر سے نزلہ حلق میں گرتا ہے۔ ناک بند نہیں ہوتی۔ سانس ناک کے ذریعے لیتی رہتی ہوں۔ نزلہ گرنے سے حلق میں کانٹے سے چبھتے محسوس ہوتے ہیں اس کی وجہ سے میرے سر کے بال گر رہے ہیں اور قبل از وقت سفید ہونا شروع ہوگئے ہیں۔ ٹھنڈی اور ترش اشیاء بالکل نہیں کھاسکتی۔ ہر وقت دماغ پر ایک بوجھ اور ٹانگیں بے جان سی محسوس ہوتی ہیں۔ ایک نجی سکول میں بچوں کو پڑھاتی ہوں جس کی وجہ سے بہت دشواری ہوتی ہے۔ **(بنت حنا، قصور)**

خط نمبر 2

میری عمر 25 سال ہے، مجھے نزلہ زکام رہتا ہے، ہر وقت ناک بہتی رہتی ہے اور چھینکیں بھی آتی رہتی ہیں، وضو کرتے وقت جب ناک میں پانی ڈالوں تو بہت تکلیف ہوتی ہے جلن کی وجہ سے ناک میں پانی نہیں ڈالتی۔ چھینکیں اتنے زور سے آتی ہیں کہ بعض اوقات پیشاب نکل جاتا ہے۔ میری آنکھوں کے گرد حلقے بھی بہت گہرے ہیں۔ اسطوخودوس دار چینی اور لونگ کے ساتھ استعمال کیا، کوئی فرق نہیں پڑا، مہربانی کرکے کوئی اچھا سا حل بتائیں۔ **(ساجدہ، مکران)**

مشورہ: آپ حضرات بنفشی قہوہ اور شفائے حیرت سیرت کا کچھ عرصہ پابندی سے لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ غذا میں صرف بھنا ہوا بکرے کا گوشت اور روٹی کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

بال گر رہے ہیں

میری عمر 15 سال ہے تین ماہ پہلے مجھے بخار ہوا جو تقریباً ڈیڑھ مہینہ رہا جس کے بعد مجھے دماغی ملیریا ہوگیا اور اب تقریباً ڈیڑھ مہینہ ہوگیا ہے۔ میرے سر کے بال گر رہے ہیں۔ **(محمد علی، بہاولپور)**

مشورہ: اکسیر البدن اور جوہر شفاء مدینہ استعمال کریں۔ غذا میں ہر قسم کا گوشت پکا کر بھون کر کھائیں۔ چاول، دودھ، دہی، لسی، کولڈ ڈرنک ہر قسم کا شربت، تازہ پھل سبزیاں، سرد پانی فی الحال استعمال نہ کریں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

کمزور جسم

میری عمر 28 سال ہے۔ بچپن کی غلطیوں کی وجہ سے میرا جسم ہڈیوں کا ڈھانچہ ہے۔ گال پچکے ہوئے ہیں، جتنی بھی اچھی غذا کھاؤں جزو بدن نہیں بنتی۔ آپ نے ایک صاحب کو نوجوان روگ کورس استعمال کرنے کا مشورہ دیا تھا۔ کیا میں بھی نوجوان روگ کورس استعمال کرسکتا ہوں۔ میں نے اپنا تمام احوال تفصیلاً خط میں لکھ دیا ہے مہربانی فرما کر میرے لیے کوئی دوا تجویز کریں۔ جو میرے جسم پر گوشت لے آئے اور چہرہ ٹھیک کردے۔ **(وسیم احمد، راولپنڈی)**

مشورہ: آپ نے اپنی بیماری کا بڑی تفصیل سے احوال بیان کیا جو کہ اچھی بات ہے۔ آپ بھی "نوجوان روگ کورس" استعمال کریں۔ اصلی گھی میں بکرے کا عمدہ گوشت بھون کر کھائیں۔ اصلی خالص شہد کھائیں۔ باداموں کا حریرہ دیسی گھی خالص میں بنا کر کھائیں۔ غذا نمبر 2 استعمال کریں۔

ٹانگیں سن ہو جاتی ہیں

سردیوں میں میری ٹانگیں سن ہو جاتی ہیں۔ درد کی ایک لہر سی اٹھتی ہے، رات کو کئی مرتبہ چونک کر جاگ جاتی ہوں۔ اب تو دن کو بھی سوتے میں یہی تکلیف ہو جاتی ہے۔ بار بار آنکھ کھل جاتی ہے۔ بڑی پریشانی ہے۔ ڈاکٹروں نے جوس، دودھ، سبزیاں کھانے میں بتائی ہیں جن پر سختی سے عمل کر رہی ہوں۔ **(ہانیہ، لاہور)**

مشورہ: چاول، تازہ پھل، جوس، سبزیاں، دودھ، کولڈ ڈرنک، شربت، دہی، لسی کا استعمال بند کردیں۔ بکرے کا گوشت بھنا ہوا یا بہتر ہے کہ عمدہ قسم کا قورمہ بنا کر پھلکا چپاتی سے کھائیں۔ عمدہ قسم کی موٹے سر والی لونگ دس گرام، دار چینی بیس گرام، جائفل کا مغز تیس گرام کا سفوف بنا کر خشک شیشی میں محفوظ کرلیں اور ایک دو چٹکی غذا کے بعد پانی سے کھائیں۔ دو ہفتے کے بعد دوبارہ حال لکھیں۔ دو گھنٹے کی واک بھی ضروری ہے۔ ایک گھنٹہ صبح ایک گھنٹہ شام واک کریں۔ شروع میں قدم نارمل اٹھائیں پھر لمبے لمبے قدم بتدریج تیز تیز اٹھائیں۔ وقت شروع میں دس پندرہ منٹ یا حسب برداشت کم زیادہ کرلیں پھر تھوڑا تھوڑا بڑھا کر گھنٹہ تک کردیں۔ یہ کیفیت کسی شدید مرض کا پیش خیمہ بھی ہوسکتی ہے۔

ناخوشگوار بو

میری عمر 27 سال ہے، غیر شادی شدہ ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ تقریباً دو سال سے میرے منہ سے سانس کے ساتھ نہایت تیز ناخوشگوار بو آرہی ہے۔ دانتوں یا مسوڑھوں کا بھی کوئی مسئلہ نہیں۔ زبان پر سفید تہہ سی جمی رہتی ہے۔ معدہ کی حالت یہ ہے کہ صبح اٹھنے کے کافی دیر بعد اجابت ہوتی ہے اور جب ہوتی ہے نامکمل یعنی ایک ہی مرتبہ میں معدہ خالی نہیں ہو پاتا جس کی وجہ سے ناشتہ کرتے ہی دوبارہ اجابت محسوس ہوتی ہے اور بیت الخلاء جانا پڑتا ہے۔ بھوک کبھی کم اور کبھی ٹھیک

لگتی ہے۔ اچھی اور مقوی غذا کھانے کے باوجود کمزور سا ہوں۔ گیس یا کھٹی ڈکاروں کا مسئلہ نہیں البتہ بعض اوقات سخت اجابت ہوتی ہے اور صبح بیدار ہونے کے بعد سے لیکر رات بستر پر جانے تک پورے دن میں تین مرتبہ ضرورت محسوس ہوتی ہے۔ کبھی گھی یا مکھن کھانے کے فوری بعد بھی اجابت محسوس ہوتی ہے۔ کوئی آسان‘ سستا نسخہ اور پرہیز بتادیجئے۔ **(ش‘ ملتان)**

مشورہ: اسپغول کی بھوسی آدھی چائے کی چمچی ایک کپ پانی میں حل کرکے صبح و شام پی لیں۔ غذا میں سبزیاں اور پھل کھائیں۔ کھٹائی‘ مرچ اور گرم مصالحے سے پرہیز کریں۔ سات دن کے بعد دوبارہ لکھیں۔ نزلہ زکام بلڈ پریشر کے بارے میں بھی لکھیں۔ کسی چیز کے کھانے سے معدے میں جلن ہوتی ہو تو ضرور لکھیں۔ آڑو غذا کے بعد کھائیں یہ خاص طور پر مفید ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

اولاد کی شدید خواہش

میری شادی کو اڑھائی سال ہوگئے ہیں اور ابھی تک بے اولاد ہوں مجھے اور میرے شوہر کو اولاد کی شدید خواہش ہے۔ میرے اور میرے شوہر کے تمام ٹیسٹ ہوچکے ہیں لیکن ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپ لوگ فٹ ہیں اور کوئی خرابی نہیں ہے۔ جب کوئی مسئلہ نہیں ہے تو کبھی بھی کوئی امید کیوں نہیں ہوئی۔ میں اپنی اور اپنے شوہر کی رپورٹس کی کاپی بھی بھیج رہی ہوں امید ہے کہ آپ کوئی علاج تجویز فرمائیں گے کیا بانجھ پن کا نسخہ میں استعمال کرسکتی ہوں اولاد نہ ہونے کی وجہ سے میں بہت پریشان ہوں براہ مہربانی میرے سوال کا جواب ضرور دیں مجھے شدت سے انتظار رہے گا میری کود ہری ہو۔ **(مسز سہیل‘ جہلم)**

مشورہ: آپ کے شوہر کی رپورٹ نارمل نہیں ہے۔ میرے رائے میں ان کو علاج کی ضرورت ہے۔ ان کے شوگر لیول پر بھی توجہ دیں۔ شوہر کو ’’بے اولادی کورس‘‘ کچھ عرصہ استعمال کروائیں۔

خون کا سرطان

میرے شوہر کی عمر تقریباً پچاس سال ہے۔ انہیں تقریباً گزشتہ پانچ سال سے خون کے سرطان کا مہلک مرض لاحق ہے۔ ان کے جسم میں خون کے سرخ خلیات کم بنتے ہیں اور سفید خلیات بہت زیادہ بنتے ہیں جس کی وجہ سے وہ اب کسی قسم کا کوئی کام کرنے کے قابل نہیں رہے ہیں۔ علاج پر کافی رقم صرف کی ہے‘ لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا ہے۔ ہر چند ماہ بعد انہیں خون کی کئی بوتلیں دینے کی ضرورت پڑتی ہے۔ گھر کی کفالت اور علاج کا بوجھ میں نے اپنے ناتواں کندھوں پر اٹھایا ہوا ہے۔ ازراہ کرم اس کا کوئی علاج یا بہتر تدبیر تجویز فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کی عمر دراز کرے اور آپ کے ہاتھوں میں مزید شفاء دے۔ (آمین) **(بیگم اختر‘ اسلام آباد)**

مشورہ: مجھے اندازہ نہیں ہے کہ ان کا علاج کس انداز سے ہورہا ہے‘ یہ تو طے شدہ امر لگتا ہے کہ آپ کے شوہر کی تلی بڑھی ہوئی ہے اور شاید وہ زیادہ مستعد (اوور ایکٹو) بھی ہے اور خون کے سرخ ذرات کو ضائع کررہی ہے۔ آخر یہ کیوں مناسب نہیں ہے کہ تلی کو آپریشن کرکے نکال دیا جائے۔ ماہرین سے اس عنوان پر مشورہ کرنا چاہیے۔ اگر تلی کے امتحانات نہیں ہوئے ہیں تو ریڈیو آئسوٹوپ ڈویژن میں یہ امتحانات کرنے چاہئیں اور دیکھنا چاہیے کہ تلی خون کے سرخ دانوں کو کتنی مدت میں ضائع کررہی ہے۔ میری رائے ہے کہ آپ کے شوہر کا صحیح تر علاج ان کی تلی آپریشن کرکے خارج کردینا ہے۔

چہرے پر دانے

تین سال سے میرے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں جب یہ دانے نکلتے ہیں تو شروع میں سرخ دھبہ نمودار ہوتا ہے‘ جو دو چار روز بعد دانے کی شکل اختیار کرلیتا ہے۔ اس کو دبانے سے پیپ اور کبھی کبھی خون بھی نکلتا ہے‘ جو بعد میں اپنا نشان چھوڑ جاتا ہے‘ جس میں شدید تکلیف ہوتی ہے۔ **(حمیدہ بی بی‘ حیدرآباد)**

مشورہ: آپ رات کو سات دانے عناب پانی میں بھگودیں۔ صبح نہار منہ سورج طلوع ہونے سے قبل عناب نچوڑ کر پانی پی لیں۔ یہ علاج چالیس روز تک جاری رکھیں۔ اس کے ساتھ ساتھ سرخ مرچ‘ گرم مصالحے‘ انڈے اور گوشت سے پرہیز کریں۔ صرف دالیں‘ پھل اور ترکاریاں استعمال کریں۔ آپ ان دانوں کو چھوڑیئے نا اسی کی وجہ سے آپ کے چہرے پر داغ دھبے پڑ جاتے ہیں۔

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

صرف پہلے ماہ کی روحانی محفل کرنے سے ہی میرے بچوں میں زبردست تبدیلی واقع ہوئی اور میرے بچوں میں ضدی پن اور بدتمیزی بالکل ختم ہوگیا ہے۔ میرے بچے میری ہر بات بہت توجہ اور دھیان سے سنتے اور اس پر عمل کرتے ہیں اور ماشاء اللہ اب تو نماز بھی پڑھ رہے ہیں۔ **(سلمیٰ ناز‘ لاہور)**

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاءاللہ تعالیٰ) جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

جہانیاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012
فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار مورخہ 7,8 جنوری 2012
کراچی	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار مورخہ 28,29 جنوری 2012
اٹک	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار مورخہ 4,5 فروری 2012
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار 11,12 فروری 2012
مظفر گڑھ	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار 18,19 فروری 2012
پشاور	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار 3,4 مارچ 2012
سکھر	درس	بروز جمعہ‘ ہفتہ‘ اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012
کوئٹہ	کلینک	بروز پیر‘ منگل مورخہ 7,8 مئی 2012
باغ آزاد کشمیر	کلینک	بروز ہفتہ‘ اتوار مورخہ 26,27 مئی 2012

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو‘ گھیاتوری‘ ٹینڈے‘ جو کا دلیہ‘ گندم کا دلیہ‘ ساگودانہ‘ کھچڑی‘ بند‘ رس‘ ڈبل روٹی‘ کھیرے‘ کھیرے کا سالن‘ مونگی کی پتلی دال‘ بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی‘ بکری کا گوشت شوربے والا‘ دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا‘ خرفہ کا ساگ‘ دہی میٹھا‘ براؤن بریڈ‘ سلاد‘ امرود‘ گنڈیری‘ انار‘ تربوز‘ گرما‘ سردا‘ خربوزہ‘ حلوہ کدو‘ پپیتہ‘ کیلا‘ چھلکا اسپغول‘ مربہ آملہ‘ مربہ ہریڑ‘ مربہ گاجر‘ پیٹھے کا حلوہ‘ خمیرہ گاؤزبان‘ عرق گاؤزبان‘ عرق سونف‘ عرق پودینہ‘ دودھ سوڈا‘ آڑو‘ انگور‘ ماءالعسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر‘ پالک‘ پیٹھا‘ خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت‘ سادہ روٹی‘ دیسی مرغی کا گوشت‘ سبزیاں ہر قسم کی‘ دیسی انڈے آملیٹ‘ پرندوں کا گوشت‘ ہریسہ‘ نہاری‘ پائے‘ دال مونگی‘ دیسی گھی کی چوری‘ دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں‘ کھجور تازہ‘ چھوہارے‘ روغن زیتون‘ انجیر‘ شہد‘ چنے بھنے‘ کباب‘ پیاز کی سلاد‘ ناریل‘ منقیٰ‘ روغن زیتون کا پراٹھا‘ بادام‘ پستہ‘ چلغوزہ‘ کاجو‘ مچھلی‘ گاجر کا حلوہ‘ پیٹھے کا حلوہ‘ دال کا حلوہ‘ لونگ کا قہوہ‘ کلونجی‘ خوبانی خشک‘ مربہ تمام قسم‘ جو کا ستو‘ اونٹ کا گوشت‘ کشمش‘ انگور‘ آم‘ گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

سیدہ فائزہ جعفری

آپ کا حسن مصنوعی اشیاء کا محتاج نہیں

لیموں جس کی پیدائش دنیا کے ہر حصہ میں ہوتی ہے اپنے گونا گوں فوائد کے لحاظ سے قیمتی پھلوں کا بادشاہ ہے مگر ہماری ناقدری کی وجہ سے معمولی سبزی شمار کیا جاتا ہے۔ قدرت نے اس میں سٹرک ایسڈ‘ کیلشیم‘ پوٹاشیم‘ فولاد‘ فاسفورس اور وٹامنز اے‘ بی اور بی پیدا فرمائے

قارئین بہنو! اس صفحے میں ہم آپ کو بتائیں گے کہ آپ اپنے حسن کو کیسے روز بروز نکھار اور سنوار سکتی ہیں ہم مختلف طریقوں سے آپ کی خوبصورتی کو چار چاند لگانے کا فن سکھاتے رہیں گے امید ہے آپ کا حسن بھی نکھرے گا اور روپ بھی سنور کر اور دلکش ہوگا تو آیئے دیکھیں کہ اس دفعہ ہم آپ کیلئے کیا خزانہ لائے ہیں۔

لیموں جس کی پیدائش دنیا کے ہر حصہ میں ہوتی ہے‘ اپنے گونا گوں فوائد کے لحاظ سے قیمتی پھلوں کا بادشاہ ہے مگر ہماری ناقدری کی وجہ سے معمولی سبزی شمار کیا جاتا ہے۔ قدرت نے اس میں سٹرک ایسڈ‘ کیلشیم‘ پوٹاشیم‘ فولاد‘ فاسفورس اور وٹامنز اے‘ بی اور سی پیدا فرمائے۔ گوشت بنانے والے نشاستہ دار اور روغنی اجزاء کا اسے نادر مجموعہ بنایا‘ عقر پانی اور حیات بخش وٹامن سی کا تو یہ خزانہ ہے‘ اس کا چھلکا‘ رس اور بیج ہر چیز غذائی اور دوائی اجزاء اپنے اندر سموئے ہوئے ہے۔ پرانے حکماء نے خون صاف کرنے‘ ہلکی بھاری غذا ہضم کرنے اور پیٹ کی گیس دور کرنے کیلئے اس کی سکنجبین بنا کر استعمال کرنے کا رواج دیا ہوا ہے۔ قے اور متلی دور کرنے کیلئے تو بچہ بچہ اس کے شفائی اثرات کا قائل ہے۔ لیموں قبض کشا ہے اور پیشاب جاری کر کے زہریلے فضلات دور کرنے والا ٹھنڈا پھل ہے۔ اس کے استعمال سے معدہ کی ہاضم رطوبت زیادہ مقدار میں تراوش پاتیں اور چربیلی روغنی نشاستہ دار غذاؤں کے ہضم میں مدد دیتی ہیں‘ یہ انتڑیوں کی حرکت دودیہ کو تیز کرتا اور ان میں جمے ہوئے فضلات نکال باہر کرتا ہے اس کا بکثرت استعمال انتڑیوں کے کیڑے خارج کر کے ان میں کیڑے پیدا کرنے والی فاسد رطوبت کا خاتمہ کر دیتا ہے‘ حیاتین ج (سی) کی وافر مقدار ہونے کی وجہ سے یہ دودھ پلانے والی ماؤں اور حاملہ عورتوں کیلئے بہترین زود ہضم غذا ہے۔ بڑھنے اور پھولنے والے بچوں کو عمر کے مطابق پانچ قطرہ سے ساٹھ قطرہ تک رس کا استعمال ہڈیاں مضبوط بناتا‘ کیلشیم کی ضروری مقدار فراہم کرتا اور پیٹ ہلکا کر کے چستی پیدا کرتا ہے اگر اسے ایک آدھا چھوٹا چمچہ شہد میں ملا کر استعمال کرایا جائے تو بچے موٹے تازے اور دستوں سے محفوظ رہتے اور بآسانی دانت نکال لیتے ہیں۔ جن مریضوں کو نزلہ زکام اور جلدی گلے پھول جاتے ہیں انہیں چند روز گرم قہوہ کی آدھا پیالی میں تھوڑا نمک اور ایک عدد لیموں کا رس ملا کر صبح لگاتار پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔ بچوں کی عمر کے مطابق اس کی مقدار کم کی جاسکتی ہے۔ ایسے مریض اگر اس کے ساتھ خمیرہ گاؤزبان چھ ماشے سے دو تولے تک تھوڑا تھوڑا کر کے چوستے رہیں تو یہ شکایت مستقل جاتی رہتی ہے۔ پیٹ کا بوجھ کم‘ غذا ہضم اور ہوا سے محفوظ رہنے کیلئے صبح سویرے ایک گلاس پانی میں ایک لیموں کا رس حسب سابق نمک یا کھانڈ ملا کر پلانے سے سارا دن طبیعت ہشاش بشاش رہتی ہے‘ جب خون میں جوش پیدا ہو کر پھوڑے پھنسیاں نکل آئیں یا خارش تنگ کرنے لگے تو علی الصبح ایک پاؤ سے ایک سیر تک دودھ ایک جوش دے کر ٹھنڈا کیا ہوا کسی برتن میں محفوظ کر کے ایک سے دو بڑے پختہ لیموں لے کر ان کا رس دودھ میں ڈالتے ہی فوراً دودھ پھٹنے سے پہلے پینے سے اور شام کے وقت اطریفل کشنیز کا چھ ماشے سے ڈیڑھ تولہ تک ایک کپ دودھ یا ایک گلاس پانی کے ساتھ استعمال کریں۔

ہفتہ دو ہفتہ کے استعمال سے خون صاف‘ پھوڑے پھنسیاں دور اور ہضم درست ہو جاتا ہے۔ دانتوں پر لیموں کا رس ملنے سے میل دور ہو کر دانت موتی جیسے صاف ہو جاتے ہیں۔ مسوڑھوں پر اس کا صبح و شام رس لگانے سے پائیوریا میں کمی اور خون پیپ بند ہو جاتی ہے۔

زیادہ کام کرنے سے ہاتھ پاؤں سخت اور میلے ہو جاتے ہیں عام جلد پر کبھی بھی ملتے رہنے سے رنگ نکھر جاتا ہے۔ اس کا رس ناخنوں پر ملنے سے ان کی سختی اور کھردراپن نارمل ہو جاتا ہے‘ اس کا چھلکا انگلیوں کے پوروں پر ملتے رہنے سے ان کا حسن دوبالا اور قدرتی لچک قائم رہتی ہے‘ پیچش کتنا سخت مرض ہے مگر لیموں میں اس کیلئے بھی شفائی اثرات ہیں۔ لیموں کے ایک سیر پانی میں سونٹھ دانہ الائچی کلاں‘ پوست آملہ‘ زیرہ سفید دو چھٹانک ڈال کر برتن کو ڈھک کر دو چار دن میں پانی خشک ہونے پر دھوپ میں سکھا کر چھان کر شیشی میں رکھ لیں پیٹ کی عام بیماریوں کیلئے ایک عمدہ چورن تیار ہے۔ وقت ضرورت ایک سے تین ماشے تک استعمال کریں۔

چہرے کیلئے مختلف اقسام کے مساج

اپنی درمیانی انگلیوں کا درمیانی حصہ استعمال کرتے ہوئے چہرے کے مختلف حصوں کو دبائیں۔ چہرے کے ہر حصے کو تقریباً 20 مرتبہ دبائیں۔ یہ عمل ناک کے برج (بانسا) سے شروع کریں اور اس طرح اوپر کی طرف بڑھتے ہوئے پیشانی تک پہنچ جائیں۔ اس کے بعد اپنے منہ کے کناروں سے شروع ہو کر آنکھوں کے اندرونی کناروں تک مساج کریں۔ آخر میں ٹھوڑی سے شروع کرتے ہوئے چہرے کے کناروں سے ہوتے ہوئے کانوں تک مساج کریں۔

اپنے ہاتھ کی پشت کو استعمال کرتے ہوئے ٹھوڑی کو جلدی جلدی 30 مرتبہ تھپکی دیں۔ اس سے ٹھوڑی سخت ہوتی جائے گی۔ اپنی درمیانی انگلی کی مدد سے پورے چہرے کا آہستہ آہستہ مساج کریں۔ ناک کے بانسے سے شروع ہو کر اوپر بھنوؤں کی طرف جائیں اور پھر واپس آئیں۔ یہ عمل 10 مرتبہ دہرائیں۔ اس کے بعد پھر ناک کے بانسے سے شروع ہو کر پیشانی تک انگلی کی مدد سے مساج کریں اور پھر واپس اپنی جگہ آجائیں یہ عمل بھی 10 مرتبہ دہرائیں۔ اس طرح چہرے کے ہر حصے کا مساج کریں۔

درج بالا مساج کے طریقوں پر مستقل مزاجی سے عمل کرتے ہوئے پھولے ہوئے رخساروں سے نجات حاصل کی جاسکتی ہے۔

ثمینہ طارق، گارڈن ٹاؤن لاہور

روحانی وظائف اور میرے انوکھے تجربات

اللہ نے اپنی شان کریمی دکھائی اور دل چاہا کہ اللہ کے در پر سجدے کے بعد آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ نے کیا کمال کا وظیفہ دیا ہے کہ ہر کام ابھی صرف 5000 کی تعداد پر ہی بنتا جا رہا ہے ابھی تو سوا لاکھ کرنا ہے اللہ انشاء اللہ ہدایت بھی دے گا۔

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے شوہر بہت محنت کرتے ہیں، دن رات کام میں دل لگا کر، جس کی بھی نوکری کرتے ہیں پوری ایمانداری سے کرتے ہیں مگر کہتے ہیں نماز کیلئے جیسے کوئی میرے ہاتھ پیر باندھ رکھتا ہے، دل چاہتا ہے مگر جسم ساتھ نہیں دیتا، حکیم صاحب میرے شوہر کوئی بھی کام کرتے ہیں شروع میں تو وہ بہت اچھا ہوتا ہے اور جیسے ہی ہم ذرا سٹینڈ لینے لگتے ہیں اچانک کوئی مشکل آجاتی ہے اور سارا کاروبار ٹھپ ہو جاتا ہے اور ہم پھر آسمان سے زمین پر آجاتے ہیں۔ بہرحال ناممکن تو کچھ بھی نہیں، مجھے اللہ کی ذات سے امید ہے اور اعمال پر یقین ہے کہ ایک دن میں ضرور کامیاب ہو جاؤنگی اور وہ نمازی بن جائینگے اور عزت ہوگی اور اللہ اپنے گھر کا دیدار نصیب کرائیں گے، میرے مرد کو بھی اللہ سکون دے گا۔ اس نے اپنے بندے کو ناحق نہیں پیدا کیا وہ آزمائش بھی صبر والوں ہی سے لیتا ہے یہ سب میں آپ ہی سے سنتی ہوں اور ریسرچ میں رہتی ہوں اور مشاہدہ بھی کیا ہے۔ آپ نے مجھے جو وظیفے دیئے تھے ان کی وجہ سے میرے بہت سے کام بہت جلد ہوئے جن میں **پہلا وظیفہ:** **یَاحَلِیْمُ یَاعَلِیْمُ یَاعَلِیُّ یَاعَظِیْمُ** تھا جو جلد ہی بدل گیا۔ دوسرا وظیفہ **اَللّٰھُمَّ اِنَّکَ مَلِیْکٌ مُّقْتَدِرٌ مَّاتَشَاءُ مِنْ اَمْرٍ یَّکُوْنَ** تھا۔ جس کے سوا لاکھ پر اللہ نے مجھے اولاد جیسی نعمت سے نوازا۔ میرے شوہر کو نیا کام ملا۔ ولادت آسانی سے ہوئی۔ جوہر شفاء مدینہ کی کرامات سامنے آئی۔ سانس پھولنے لگتا تھا، سیڑھیاں نہیں چڑھ سکتی تھی، نماز میں جھک نہیں سکتی تھی، ریڑھ کی ہڈی میں بے حد تکلیف تھی مگر دو مہینے سے یہ تمام بیماریاں اور تکالیف دور ہو گئیں ہیں۔

جب سے بیٹی پیدا ہوئی تو جیسا چاہا ویسا پایا۔ میں نے سوچا کہ نام آپ کی پسند کا ہو اللہ سے دعا کی اور آپ نے نام تجویز کیا بے حد خوشی ہوئی جس کا اندازہ میں آپ کو لکھ کر نہیں بتا سکتی۔ مگر زندگی میں ہمیشہ آزمائش تھی۔ اس لیے پیدائش کے دو سال بعد میرے شوہر گرفتار ہو گئے، پھر تنگیاں، پھر کاروبار ختم، سب کچھ تباہ ہو گیا۔

تیسرا وظیفہ: **فَقُطِعَ دَابِرُ الْقَوْمِ الَّذِیْنَ ظَلَمُوْا وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ** (سورۃ انعام 45)

اس وظیفہ کی کثرت کی برکت سے میرے شوہر کو رہائی ملی جو کام مہینے سے نہ ہو رہا تھا وہ آٹھ دن میں ہو گیا۔ فقر و فاقہ کی نوبت آگئی تھی، قرضہ پر قرضہ چڑھتا جا رہا تھا، اللہ نے اس وقت قرضہ حسنہ دلوا دیا اور ان کے والد صاحب جو اپنے بیٹے کو پریشان رکھنے میں مطمئن ہیں، خود تہجد گزار ہیں، تفسیر قرآن ترجمہ پڑھتے ہیں مگر 26-25 سال سے انہوں نے اپنے بیٹے کو پوچھا تک نہیں۔ بہرحال سورۃ انعام کی کثرت کی برکت سے میرے سسر نے باقاعدہ ہماری مدد کی اور اسی وظیفہ کی برکت سے ہمیں جوہر ٹاؤن میں دکان مل گئی۔ کچھ عرصہ تو دکان بہت اچھی چلی، مگر ہائے قسمت 70,80 ہزار کا سامان ڈالنے کے بعد کچھ عرصہ بعد گاہک نہ آتا تھا۔ دو مہینے کے بعد دکان کا کرایہ پڑ گیا تو خالی کرانے کی نوبت آگئی اور خوب ذلت کا سامنا کرنا پڑا اور دکان خالی کر دی اور پھر نہایت ہی تنگی اور فاقے شروع ہو گئے۔ پھر آپ کے در پر آئی تو آپ نے **بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اِنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْرٌ** والا وظیفہ دیا۔ اس وظیفے کی برکت سے تین ماہ بعد کراچی میں کام ملا۔ حالانکہ میں کراچی میں اپنے شوہر کو بھیجنا نہیں چاہتی تھی۔ مگر حالات ہی اتنے خراب تھے۔ مجھے اس وظیفے اور فائدہ یہ ہوا کہ میں سوچ بھی نہیں سکتی تھی میری ماں کا علاج کراچی میں ہو رہا تھا میرے سب بہن بھائی ملنے چلے گئے لیکن میں نہ جا سکی تھی کیونکہ کاروبار ہی نہیں تھا۔ پھر اللہ نے کاروبار کے ذریعے سبب بنایا اور میں بھی اپنی والدہ سے ملنے چلی گئی۔ اللہ نے اپنی شان کریمی دکھائی اور دل چاہا کہ اللہ کے در پر سجدے کے بعد آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ نے کیا کمال کا وظیفہ دیا ہے کہ ہر کام ابھی صرف 5000 کی تعداد پر ہی بنتا جا رہا ہے ابھی تو سوا لاکھ کرنا ہے اللہ انشاء اللہ ہدایت بھی دے گا۔ اللہ سے بڑی امید ہے کہ وہ میری ماں کو شفاء کاملہ نصیب فرمائے اور میرے والد کو بے قرضہ اور بے محتاج رکھے اور ان کی بھی دکھ تکلیفیں دور کر کے اپنے گھر کی خوشیاں بہاریں نصیب فرمائے اور میرے حالات بھی مستقل ٹھیک ہو جائیں اللہ ہماری آزمائش بھی ختم کر دے اور میرے شوہر کو بھی کاروبار برکت والا نوازے اور ہدایت نصیب کرے۔

مولانا وحید الدین خان

فرق کیوں؟؟؟

میں نے اپنے دل میں سوچا کہ کیسی عجیب بات ہے۔ چاند ہر ملک میں چاند ہے مگر انسان ہر ملک میں انسان نہیں

1971ء کا واقعہ ہے۔ ایک سفر کے دوران میں لاہور میں ایک صاحب کے یہاں ٹھہرا ہوا تھا۔ یہ ایک بڑا دومنزلہ مکان تھا۔ میرے میزبان ایک روز رات کے وقت مجھ کو چھت کے اوپر لے گئے۔ اس وقت پورا چاند آسمان پر چمک رہا تھا اور کھلی فضا میں بہت خوبصورت معلوم ہو رہا تھا۔ ہم لوگ قدرت کے حسین منظر میں کھوئے ہوئے تھے۔ اچانک میرے میزبان نے کہا: ''یہی چاند تو آپ کے ملک میں بھی چمکتا ہوگا۔''

اس کے بعد ہم دونوں خاموش ہو گئے، میں نے اپنے دل میں سوچا کہ کیسی عجیب بات ہے۔ چاند ہر ملک میں چاند ہے مگر انسان ہر ملک میں انسان نہیں۔ ایک شخص اپنے ملک میں وطنی سمجھا جاتا ہے مگر دوسرے ملک میں وہ خارجی بن جاتا ہے۔ چاند کو جس طرح ایک ملک میں خوش آمدید کہا جاتا ہے اسی طرح دوسرے ملک میں بھی۔ سورج ایک ملک کیلئے بھی محبوب ہے اور دوسرے ملک کیلئے بھی۔ مگر انسان کا حال یہ ہے کہ ایک ملک کا مطلوب شخص دوسرے ملک میں پہنچ کر غیر مطلوب بن جاتا ہے۔ اس کی وجہ کیا ہے؟ اس کی وجہ یہ ہے کہ چاند اور سورج اپنی فطرت پر قائم ہیں جبکہ انسان اپنی فطرت پر قائم نہیں۔

سورج چاند ایسا نہیں کرتے کہ ایک ملک میں اجالا پھیلائیں اور دوسرے ملک میں اندھیرا مگر انسان ایک قوم کا دوست اور دوسری قوم کا دشمن ہوتا ہے۔ پھول کیلئے یہ ممکن نہیں ہے کہ ایک کو خوشبو دے اور دوسرے کیلئے بدبودار بن جائے مگر انسان ایک کیلئے خیر خواہ ہوتا ہے اور دوسرے کیلئے بدخواہ۔ درخت ایک ملک میں جس اصول پر اگتا ہے دوسرے ملک میں بھی اسی اصول پر اگتا ہے مگر انسان ایک کے ساتھ عدل کا معاملہ کرتا ہے اور دوسرے کیلئے وہ ظالم بن جاتا ہے۔ دوسری چیزوں کی محبوبیت کا راز یہ ہے کہ وہ اپنی فطرت پر قائم ہیں مگر انسان اپنی فطرت کو کھو دیتا ہے اور نتیجہ غیر مطلوب بن جاتا ہے۔ اگر انسان اپنی فطرت پر قائم رہے تو اسکو بھی ہر جگہ وہی استقبال ملے جو سورج اور چاند کو ملا ہوا ہے۔

ڈاکٹر ادریس' اسلام آباد

مردانہ صحت کیلئے انمول وٹامن

اس غدود کے صحیح کام کرنے کی ایک پہچان تو یہ ہے کہ جنسی طلب کم ہوجاتی ہے۔عورتوں میں ماہواریاں بے ترتیب ہوجاتی ہیں' ہر وقت تھکن کا احساس رہتا ہے' سر درد کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے' آدمی اپنی توجہ کسی کام پر مرکوز کرنے کے قابل نہیں رہتا

کم لوگ اس حقیقت سے واقف ہیں کہ جنسی میلان بہت کچھ ہماری غذا پر منحصر ہوتا ہے۔سمجھ دار خواتین جانتی ہیں کہ انہیں اپنے شوہر کو کھانے کیلئے کیا دینا چاہیے اور کیا نہیں دینا چاہیے۔نفاست نے ہماری غذاؤں کے بعض اہم جوہر چھین لیے ہیں جن میں وٹامن ای سرفہرست ہے۔اگر غذا مکمل اور متوازن ہوتو وہ جنسی میلان کی ضامن ہوتی ہے۔

اس سلسلے میں وٹامن ای کا ذکر ضروری ہے۔جنسی میلان بخشنے میں وہ اپنا جواب نہیں رکھتا۔آپ جانتے ہیں کہ ہمارے بعض غدود وہ ہارمون خارج کرتے ہیں جو ہمارے اندر جنسی خواہش بیدار کرتے ہیں اس کا مطلب یہ نہیں کہ اچھی متوازن غذا صرف مردوں کیلئے ہی ضروری ہے' وہ عورتوں کیلئے بھی اتنی ہی ضروری ہے ورنہ جنسی اختلاط میں وہ مردوں کا ساتھ نہ دے سکیں گی۔ضروری معلوم ہوتا ہے کہ آپ کو اپنے غدودوں کا نظام سمجھ لینا چاہیے۔آپ کو معلوم ہونا چاہیے کہ ان کا صحیح تغدیہ کس طرح ہوتا ہے۔

ان غدودوں کو صحت مند رکھنے کیلئے ہمیں کیا کرنا چاہیے؟ انہیں ان کی غذا دینی چاہیے۔اس غذا میں وٹامن اور معدنی اجزاء پہلے آتے ہیں غیر خالص' مصنوعی غذاؤں میں یہ جوہر موجود نہیں ہوتا۔مغربی ممالک میں اس تصنع کے خلاف آواز اٹھائی جارہی ہے۔

اس تعارف سے ہم اس نتیجے پر پہنچے ہیں کہ ہماری جنسی زندگی کا انحصار بہت کچھ ہمارے غدودوں پر ہے۔مثال کے طور پر غدود درقیہ کو لے لیجئے جو ہمارے گلے میں واقع ہوتا ہے بہت سے لوگ سمجھتے ہیں کہ اسی سے ہمارے وزن کے کم یا زیادہ ہونے کا تعلق ہوتا ہے اس میں کوئی شک نہیں کہ اگر اس غدود کا ہارمون کم مقدار میں خارج ہوتو انسان مائل بہ فربہی ہوجاتا ہے نہ صرف یہ بلکہ اس کے دور رس نتائج پیدا ہوتے ہیں۔ مثلاً اگر غدود درقیہ اپنا کام ٹھیک نہ کرے تو آپ جنسی میلان محسوس نہیں کریں گے ایسے لوگ جوانی میں ہی اپنے تئیں بوڑھا محسوس کرنے لگتے ہیں۔غذا میں آیوڈین اور وٹامن بی (بالخصوص بی) کی کمی سے غدود درقیہ کمزور ہوجاتا ہے۔

ہمارے تمام افعال کا انحصار غدود درقیہ کی صحت پر ہوتا ہے اگر اس سے خارج ہونے والا ہارمون پوری مقدار میں دوران خون میں شامل نہیں ہوتا تو ہم سستی' کاہلی' خشکی اور جنسی میلان سے محرومی کا شکار ہوجاتے ہیں۔ساتھ ساتھ ہمارا جسم موٹا ہوتا چلا جاتا ہے غذا میں احتیاط کرنے کے باوجود بعض اوقات فربہی بڑھتی جاتی ہے۔غدود درقیہ کی صحت کیلئے آیوڈین ضروری ہے لیکن نہایت خفیف مقدار میں۔

اس غدود کے صحیح کام کرنے کی ایک پہچان تو یہ ہے کہ جنسی طلب کم ہوجاتی ہے۔عورتوں میں ماہواریاں بے ترتیب ہوجاتی ہیں' ہر وقت تھکن کا احساس رہتا ہے' سر درد کی شکایت لاحق ہوجاتی ہے' آدمی اپنی توجہ کسی کام پر مرکوز کرنے کے قابل نہیں رہتا اور خواہ مخواہ طبیعت فکر مند رہتی ہے۔

غدود درقیہ کو تحریک کرنے کیلئے آپ کی غذا میں پروٹین کی افراط ہونی چاہیے۔اس کے علاوہ آپ کو وٹامن بی اور سی کی بھی ضرورت ہوتی ہے یعنی آپ کو پورے آٹے کی روٹی' کلیجی' گری دار میوے' بیج والی ترکاریاں اور سرخ چاول کھانے چاہئیں۔

صحت مند جنسی زندگی کیلئے غدا نخامیہ کا فعل بھی درست ہونا چاہیے۔یہ ننھا غدود ہمارے مغز کی جڑ میں واقع ہوتا ہے اور پورے نظام غدود پر قابو رکھتا ہے اس سے جو ہارمون خارج ہوتے ہیں وہ دوسرے تمام غدودوں سے نکلنے والے ہارمونز پر اثر انداز ہوتے ہیں جن میں جنسی ہارمون بھی شامل ہیں۔ انہی میں سے ایک ہارمون ماں کی پستان میں دودھ اتارتا ہے غدود نخامیہ سے نکلنے والے ہارمون چربی کے ارتکاز پر قابو رکھتے ہیں' اسی غدود کی مدد سے مردانہ وزنانہ جنسی ہارمون کی تولید ہوتی ہے اگر یہ غدود ٹھیک طرح کام نہ کرے تو عورتوں کی ماہواری قبل از وقت ہوجاتی ہے اور مرد وقت سے پہلے جنسی خواہش سے عاری ہوجاتے ہیں۔غدود نخامیہ کی صحت کا انحصار مناسب ومتوازن غذا پر ہے۔ماہرین یہاں پروٹین' وٹامن ای اور وٹامن بی (بالخصوص بی) پر زور دیتے ہیں۔وٹامن ای غدود نخامیہ میں سب سے زیادہ مرکوز ہوتا ہے۔

وٹامن ای......غذا کا ایک جز: غذا نخامیہ برگردہ غدود اور جنسی غدودوں سے خارج ہونے والے ہارمون...... سب کے سب کولیسٹرول سے بنتے ہیں۔انڈا' کلیجی وغیرہ اس کا خزانہ ہیں۔وٹامن ای پورے آٹے کی روٹی' مکئی کے تیل اور سورج مکھی کے بیجوں کے تیل میں افراط سے موجود ہوتا ہے۔ سورج مکھی کے بیجوں میں وٹامن ای وٹامن بی کے تمام اجزا اور پروٹین کثرت سے موجود ہوتی ہیں۔یہی صورت تلوں کی ہوتی ہے وہ بھی بہت مفید بیج ہیں اگر آپ کلیجی پر تل چھڑک کر کھائیں تو آپ کو نیا ذائقہ بھی آئے گا اور آپ کے جنسی ہارمون بھی تقویت پائیں گے۔

ایک اور ضروری جز ''جست'': ایک اور غذائی جز جست ہے جس کی کمی سے جنسی میلان کم ہوجاتا ہے ہمیں یہ معدنی جز نہایت خفیف مقدار میں درکار ہوتا ہے۔پہلے ماہرین یہ سمجھتے کہ نل کا پانی جستی نالی سے رگڑ کھا کر آتا ہے اس لیے اس میں ضرورت بھر جست شامل ہوجاتا ہے اب معلوم ہوا ہے کہ یہ دھات جنسی معاملات میں نہایت اہم کردار ادا کرتی ہے۔عجب بات ہے کہ جست گیہوں کے چوکر اور دالوں کے چھلکے میں مرکوز ہوتا ہے ہم ذائقے اور نفاست کی خاطر ان اہم غذائی اجزاء کو نکال کر پھینک دیتے ہیں' گوشت' ترکاریاں اور پھل بھی جست دے سکتے ہیں بشرطیکہ انہیں کیمیائی عمل سے دور رکھا جائے۔ مصنوعی کھادوں سے فصلوں کو یہ نقصان ضرور پہنچا ہے کہ بعض اہم جز ضائع ہوگئے جست بعض بیجوں میں بھی موجود ہوتا ہے۔ کدو کے بیجوں' سورج مکھی کے بیجوں اور نلوں میں اس کی افراط ہوتی ہے۔ہیرنگ مچھلی میں بھی جست ہوتا ہے۔اسی طرح کلیجی' آٹے کے چوکر' انڈے اور پیاز میں بھی پایا جاتا ہے۔

وٹامن سی ای اور ایف: صحت مند جنسی زندگی میں وٹامن سی کی اہمیت بھی کچھ کم نہیں جنسی غدود اسی کی مدد سے ہارمون پیدا کرتے ہیں۔وٹامن ای کو بعض اوقات جنسی وٹامن کہا جاتا ہے اس کی کمی سے جنسی ہارمون اور غدود نخامیہ کا ہارمون دونوں کم ہوجاتے ہیں۔یہ وٹامن بانجھ پن کو دور کرنے نیز اسقاط حمل کو روکنے میں مدد دیتا ہے۔

جنسی میلان حاصل کرنے کیلئے لمبی چوڑی دوائیں استعمال کرنے کی چنداں ضرورت نہیں' غیر معیاری اشتہاری دوائیں تو کسی صورت میں بھی استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔ کیونکہ ان سے فائدے کے بجائے نقصان پہنچ جاتا ہے۔غذائی اجزا بہت سی بنیادی شکایات دور کردیتے ہیں مثلاً پوٹاشیم ہر قسم کے گوشت میں پایا جاتا ہے۔گری دار میوے' بادام' اخروٹ اور مونگ پھلی میں پوٹاشیم موجود ہوتا ہے۔ وہ بعض ترکاریوں' مثلاً مٹر' پھلیوں اور پالک میں بھی موجود ہوتا ہے۔پھلوں میں سنگترہ' کیلا اور ہر قسم کے بیج اس کے اچھے ماخذ ہوتے ہیں۔یاد رکھیے کہ نمک پوٹاشیم کا دشمن ہے۔

اگر آپ جنسی میلان کی کمی کا شکار ہیں تو اپنی غذا پر نظر ڈالیے اور غلط اور غیر معتبر اداروں کی دواؤں کے استعمال سے باز رہیے۔

آب زم زم ایک زندہ جاوید معجزہ

ابن الصاحب المصری کہتے ہیں کہ میں نے آب زم زم کا وزن مکہ کے ایک چشمہ کے پانی سے کیا تو میں نے زم زم کو اس سے ایک چوتھا حصہ وزنی پایا۔ پھر میں نے میزان طب کے حساب سے دیکھا تو اس کو تمام پانیوں سے طبی اور شرعی لحاظ سے افضل پایا۔

حقیقت یہ ہے کہ آب زم زم اللہ کریم کا ایک زندہ جاوید معجزہ ہے اور اس پر جب بھی اور جتنی بھی تحقیق کی جائے کم ہے کیونکہ ہر مرتبہ انسان پر نئے راز آشکار ہوتے ہیں اور مزید روشن پہلو انسان کی عقل کو ذخیرہ کرتے ہیں جن میں سے چند ایک درج ذیل ہیں:۔

☆ آب زم زم کا کنواں آج تک خشک نہیں ہوا اور اس نے ہمیشہ لاکھوں حجاج کرام اور زائرین کی پیاس بجھائی ہے۔

☆ اس میں موجود نمکیات کی مقدار ہمیشہ یکساں رہتی ہے۔

☆ اس کے ذائقے میں آج تک کسی قسم کی تبدیلی واقع نہیں ہوئی بلکہ روز اول سے آج تک اس کا وہی ذائقہ ہے۔

☆ آب زم زم کی شفا بخشی کسی سے پوشیدہ نہیں بلکہ اپنے اور غیر سبھی اس کے معترف ہیں۔

☆ آب زم زم وسیع پیانے پر مکہ اور گردونواح میں استعمال کیا جاتا ہے بلکہ رمضان شریف میں تو مسجد نبوی ﷺ میں بھی آب زم زم مہیا کیا جاتا ہے اس کے علاوہ دنیا بھر سے آنے والے زائرین حج اور عمرہ کے وقت اپنے ساتھ آب زم زم کے چھوٹے بڑے لاکھوں کین بھر کر لے جاتے ہیں۔

☆ آب زم زم اپنی اصلی حالت میں فراہم کیا جاتا ہے اور اس میں کلورین سمیت کسی بھی قسم کے جراثیم کش کیمیکل کی آمیزش نہیں کی جاتی لیکن اس کے باوجود یہ پینے کیلئے سب سے بہترین مشروب ہے۔

☆ دوسرے کنوؤں میں کائی جم جاتی ہے اور دیگر نباتاتی اور حیاتیاتی افزائش ہوتی ہے انواع واقسام کی جڑی بوٹیاں اور پودے اگ آتے ہیں یا کئی قسم کے حشرات بستے ہیں جس سے پانی کا رنگ اور ذائقہ متاثر ہوتا ہے مگر آب زم زم دنیا کا واحد پانی ہے جو کہ کسی بھی قسم کی نباتاتی یا حیاتیاتی افزائش اور آلائش سے پاک صاف ہے۔

☆ ہزاروں برس پہلے نوزائیدہ حضرت اسماعیل علیہ السلام کے ایڑیاں رگڑنے سے جاری ہونے والا یہ چشمہ لاکھوں کروڑوں لوگوں کی پیاس بجھانے کے باوجود آج بھی پہلے دن کی طرح پینے والوں کو حیات بخشتا ہے یہ اللہ تبارک وتعالیٰ کی ایک ایسی نعمت ہے جس پر مکہ شریف اور اہل مکہ ہمیشہ بجا طور پر نازاں وشاداں رہیں گے۔

آب زم زم پر لیبارٹریوں میں تحقیق

جدید طبی تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ آب زمزم میں ایسے اجزاء معدنیات اور نمکیات موجود ہیں جو انسان کی غذائی اور طبی ضروریات کو بڑے اچھے طریقے سے پورا کرتے ہیں حکومت سعودی عرب نے اس بات کا اہتمام کر رکھا ہے کہ ہر چار گھنٹے بعد زم زم کے پانی کا جدید ترین لیبارٹریوں میں ہر لحاظ سے معائنہ کیا جاتا ہے۔ ان تحقیقات کے نتیجے میں آب زم زم کے بارے میں بے شمار انکشافات ہو رہے ہیں۔

آب زم زم کی کیمیائی تحقیقات اور طبی مطالعے سے معلوم ہوا ہے کہ اس میں وہ اجزاء شامل ہیں جو معدہ جگر' آنتوں اور گردوں کیلئے بالخصوص مفید ہیں۔

آب زم زم اور عام پانی پر تحقیق

ابن الصاحب المصری کہتے ہیں کہ میں نے آب زم زم کا وزن مکہ کے ایک چشمہ کے پانی سے کیا تو میں نے زم زم کو اس سے ایک چوتھا حصہ وزنی پایا۔ پھر میں نے میزان طب کے حساب سے دیکھا تو اس کو تمام پانیوں سے طبی اور شرعی لحاظ سے افضل پایا۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ''سنت نبویؐ اور جدید سائنس'' ضرور پڑھیں۔

قارئین عبقری کیلئے حیرت انگیز چٹکلے

ایک کتاب میں پڑھے تھے بعد میں یہ چٹکلے جب میں نے بھی کیے کامیاب رہے۔ جب بھی سر میں درد ہو ہاتھوں کی ہتھیلیوں پر تیل کی مالش کرے آرام آجائے گا۔ دوسرا چٹکلہ دانتوں کے درد کیلئے ہے۔ جب بھی کبھی دانتوں میں درد ہو جب پاخانہ آئے تو اوپر اور نیچے دانتوں کو زور سے دبائیں دانتوں کا درد صحیح ہو جائے گا۔ **(اشتیاق)**

اصلاحی کیفیت

عمران یونس

اس سے پہلے زندگی ویران تھی' نہ کوئی اعمال' نہ نماز' نہ تسبیح کا پتہ تھا۔ گناہ ہی گناہ تھے۔ نہ آخرت کا پتہ تھا' نہ دین کا پتہ تھا

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں کیسے آپ کا شکریہ ادا کروں کہ آپ جیسا رہبر مجھے ملا۔ آپ کی محبت اور رہنمائی میں اللہ کے مجھ پر بہت کرم ہوئے ہیں کہ جن کا میں سوچ بھی نہیں سکتا۔ واقعی ہی اعمال والی زندگی نے میری پوری زندگی ہی بدل دی۔ میں نے اپریل 2010ء میں آپ کے تسبیح خانے پر آپ کا پہلا درس سنا جو کہ میرا کزن مجھے آپ کے تسبیح خانے پر لایا۔ اللہ کریم اس کو جزائے خیر دے۔ اس سے پہلے زندگی ویران تھی' نہ کوئی اعمال' نہ نماز نہ تسبیح کا پتا تھا۔ گناہ ہی گناہ تھے۔ نہ آخرت کا پتہ تھا' نہ دین کا پتہ تھا۔ ہاں خیال ضرور آتا تھا کہ اللہ کریم نے زندگی کی ہر خواہش پوری کی ہے بس اللہ کوئی نیک کام لے لیں تا کہ اس کو اور اس کے حبیب نبی کریم ﷺ کو منہ دکھا سکوں۔ میں تو اپنے آپ کو دنیا کا سب سے زیادہ حقیر اور گنہگار سمجھتا ہوں کیونکہ میں امت اور غیر مسلمانوں کیلئے صرف اور صرف دعا کرتا ہوں۔ ان کو روک نہیں سکتا اتنی استطاعت نہیں ہے کہ میں ان کے آگے ہاتھ جوڑوں کہ اللہ کے واسطے اعمال والی زندگی پر آجاؤ' کیونکہ میں سوچتا ہوں کہ مجھ سا بندہ کہ جس کی زندگی میں گناہ ہی گناہ ہیں' وہ تسبیح پکڑ سکتا ہے' اللہ اللہ کر سکتا ہے تو باقی لوگ تو مجھ سے ہزار درجے افضل ہیں۔

محترم حکیم صاحب ایک خوشی کی بات یہ بھی ہے کہ اللہ کے فضل سے آپ کی دعاؤں سے اور آپ کے بتائے ہوئے اعمال سے اللہ کریم نے مجھے میری اوقات سے زیادہ رزق دیدیا ہے۔

محترم حکیم صاحب مجھے ملازمت مل گئی ہے۔ سعودیہ میں ایک ہسپتال میں 4000 ریال میں جو کہ پاکستانی 91000 بنتا ہے۔ اکاؤنٹس کی نوکری ہے۔ آپ کو پتا ہے کہ میں پاکستان میں بینک کی ملازمت کرتا تھا اور جس دن میں نے بینک کی ملازمت چھوڑ دی تھی اس دن میں نے توبہ کر لی تھی کہ آج کے بعد کبھی اس طرح کی ملازمت نہیں کروں گا۔ بس یہ اسی توبہ کا اور اعمال کا اجر ہے کہ اللہ کریم نے میری مدد کی۔ حکیم صاحب میں آپ کے بتائے ہوئے ہر عمل کو یقین توجہ کیساتھ کرتا ہوں اور اللہ مجھے اس کا فوری اجر دے دیتا ہے اور میرے اب سالوں سے اٹکے ہوئے کام ہو رہے ہیں۔

اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے ؟؟؟

مختار آزاد

ایک سروے رپورٹ کے مطابق پاکستان میں ڈیڑھ کروڑ کے لگ بھگ ایسی کنواری لڑکیاں موجود ہیں جن کے والدین اچھے اور مناسب رشتے کی راہ تکتے ہیں۔یہ ایک ایسا سنگین سماجی مسئلہ ہے جس نے ہماری معاشرتی جڑوں کے اندر مادیت اور مفاد پرستی کے سرایت ہوجانے کا ثبوت فراہم کردیا ہے

پاکستان جیسے مشرقی ماحول رکھنے والے ملک میں ایک مسئلہ جس نے والدین کی نیندیں اچاٹ کردی ہیں وہ ہے بیٹیوں کیلئے اچھے رشتے نہ ملنے کا۔ پہلے تو وہ زمانہ تھا کہ لڑکے والوں کے پاؤں کی جوتیاں لڑکیوں والوں کے گھروں کے چکر لگاتے لگاتے گھس جاتی تھیں تب کہیں جا کر لڑکی والے ہاں کرتے تھے لیکن اب کہاں یہ زمانہ آگیا ہے کہ لڑکیوں کی شادی کی عمر گزر جاتی ہے لیکن اچھا رشتہ نہیں ملتا۔

ایک سروے رپورٹ کے مطابق پاکستان میں ڈیڑھ کروڑ کے لگ بھگ ایسی کنواری لڑکیاں موجود ہیں جن کے والدین اچھے اور مناسب رشتے کی راہ تکتے ہیں۔ یہ ایک ایسا سنگین سماجی مسئلہ ہے جس نے ہماری معاشرتی جڑوں کے اندر مادیت اور مفاد پرستی کے سرایت ہوجانے کا ثبوت فراہم کردیا ہے۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ آخر وہ کون سی بات ہے جس نے ہمارے معاشرے کا رجحان تبدیل کردیا ہے وہ کون سی بات ہے جو لڑکے والے ہونیوالی بہوؤں میں تلاش کرتے ہیں۔ آخر وہ کیا چیز ہے جو لڑکوں کے آنے والے رشتوں میں خامی بن کر بیٹیوں کے ماں باپ کو رشتہ قبول کرنے سے انکار کرنے پر مجبور کردیتے ہیں۔

ہم نے یہی بات جاننے کیلئے ایک 70 سالہ عورت سے بات کی۔ یہ عورت آج خیر سے پوتے پوتیوں اور نواسے نواسیوں کی اولادیں بھی اپنی گود میں کھلا رہی ہیں۔ بحیثیت استاد تعلیم کے شعبے میں چالیس سال کا عرصہ گزارنے کے بعد ہیڈ مسٹریس کے طور پر ریٹائر ہوئی ہیں کہتی ہیں کہ وقت کے ساتھ ساتھ اقتدار کا بدلنا سماج کا ارتقائی عمل ہے' یہ نہ رکا ہے اور نہ ہی آئندہ اسے روکا جاسکے گا۔ لیکن ہمیں سوچنا چاہیے کہ سماجی اقدار کے ارتقاء میں کیا ہمیں اپنی ان بنیادی روایتوں کو بھی تبدیل کردینا چاہیے جن پر اس سماج کی بنیاد کھڑی ہے۔ یقیناً نہیں ایسا نہیں ہونا چاہیے لیکن افسوس کہ ایسا ہی ہورہا ہے جب ہم بحیثیت فرد اس بات کا خیال نہیں رکھتے تو پھر ہمیں کسی دوسرے سے بھی شکوہ نہیں کرنا چاہیے۔ بیٹیوں کے رشتے آج کے دور میں بہت بڑا مسئلہ ہیں لیکن اس دور میں اچھے رشتے نہ ملنے کا سب سے بڑا سبب خود ہمارا دوہرا معیار ہے۔ اب اگر ہم اپنے بیٹوں یا بیٹے کیلئے رشتہ تلاش کرتے ہیں تو لڑکی اور اس کے گھرانے کا ایک بلند معیار ہم اپنے ذہن میں قائم کرلیتے ہیں' یہ معیار خود ہمارے اپنے سماجی معیار سے بھی کہیں بلند ہوتا ہے' لیکن جب ہم خود اپنی بیٹی یا بیٹیوں کے لیے آنے والے رشتے کا جائزہ لیتے ہیں تو ہمارے معیار بالکل بدل جاتے ہیں ہم چاہتے ہیں کہ لڑکے والے خواہ ان کا سماجی و معاشی مقام ہم سے کتنا ہی بلند کیوں نہ ہو صرف ہماری بیٹی کی شرافت' سگھڑپن اور اس کی سیرت کو دیکھ کر رشتہ کردیں لیکن ذرا آپ خود سوچیے جب ہم بیٹے والے بن کر لڑکی والوں کے گھر جاتے ہیں تب ہم خود یہ سب کچھ کیوں نہیں سوچتے ؟؟؟

لہٰذا ہمیں چاہیے کہ اگر بیٹی کیلئے کوئی رشتہ آتا ہے تو صرف ان کی خاندانی شرافت اور لڑکے میں کسب حلال کی صلاحیت کو اپنے مدنظر رکھیں کیونکہ جس شخص میں اپنی محنت سے دو وقت کی روٹی کمانے کی صلاحیت ہو تو وہ دنیا بھر کی آسائش بھی خدا کی مرضی سے وقت آنے پر حاصل کر ہی لیتا ہے۔

ایک اشاعتی ادارے سے وابستہ نوجوان نسل کی نمائندہ کہتی ہیں کہ سب کہتے ہیں کہ لڑکیوں کیلئے اچھے رشتے نہیں ملتے لیکن سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ اچھے رشتے کا معیار کیا ہے' بہو کی تلاش ہو یا داماد کا انتخاب میرے خیال میں ایک اچھا رشتہ وہ ہوتا ہے جو تعلیم یافتہ ہو' حالات کو قسمت کا لکھا سمجھ کر صابر و شاکر ہونے کے بجائے حالات کو ہی بدلنے کا سوچے' دولت ہی مرکز نگاہ نہیں ہونی چاہیے۔ مزید کہتی ہیں کہ انسان کی زندگی تین چیزوں کے حصول کے گرد گھومتی ہے اور انہی کی مطابقت سے ہم اچھے رشتے کا تصور قائم کرلیتے ہیں۔ پہلی چیز ہے ضرورت' دوسری ہے آسائش اور تیسری ہے تعیش۔ انسان کی سب سے اہم چیز ضرورت ہے۔ جو ضرورت کو آسان کرنے کا حل ڈھونڈ لیتا ہے میرے خیال میں وہ اچھا رشتہ ہوتا ہے۔ یہ کلیہ بہو اور داماد دونوں کیلئے یکساں ہے۔

بدقسمتی سے ہمارے یہاں کچھ اور ہی سوچ ہے ہم چاہتے ہیں کہ لڑکی سسرال میں آئے تو لڑکے اور اس کے گھر والوں کیلئے آسائش اور تعیشات کے سارے لوازمات جہیز کی شکل میں ساتھ لیکر آئے۔ دوسری جانب لڑکے والوں کی سوچ ہوتی ہے کہ ہماری بیٹی اپنے گھر میں جیسی بھی زندگی بسر کرتی رہے وہ الگ ہے لیکن سسرال جائے تو اسے تمام تعیشات بہم ہوں۔

بس یہی بنیادی چیز ہے کہ ہم اچھے رشتوں کے بروقت نہ ملنے کا رونا روتے رہتے ہیں۔ لڑکی کم عمر ہوتی ہے اور زیر تعلیم ہوتی ہے کہ رشتے آنے شروع ہوجاتے ہیں لیکن غریب والدین اس آس میں کہ بیٹی پڑھ لکھ کر کوئی نوکری کرلے' پھر جہیز جمع کرکے شان سے شادی کردیں گے کا سوچ کر رشتوں کو انکار کرتے رہتے ہیں اور پھر جب سب کچھ ان کے حسب منشاء ہوجاتا ہے تو پھر لڑکی کے رشتے نہیں آتے اور وہ والدین کی دہلیز پر ہی بوڑھی ہونے لگتی ہے۔ اگر ہم شریعت محمدی ﷺ پر چلیں' سادگی کو اپنائیں اور جہیز کی لعنت کو ختم کرلیں تو آج ہمیں جو سماجی مسئلہ درپیش ہے وہ کبھی کا ختم ہوجائے لیکن اس کیلئے پہل خود ہمیں اپنے گھر سے ہی کرنی ہوگی۔ انتظار ہے تو بس یہ کہ پہلا پتھر کون پھینکے۔

ایک عالم دین کہتے ہیں کہ اگر ہم صرف سیرت النبی ﷺ پر غور سے نظر ڈالیں تو ہمیں یہ شکایت نہیں رہے گی کہ اچھے رشتے کیوں نہیں ملتے۔ حضرت فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کا جہیز اور ان کی شادی اور حضرت علی رضی اللہ عنہ کی دعوت ولیمہ کو یاد کرلیں اور ان کی پیروی کریں تو پھر نہ صرف ہم دین و دنیا دونوں میں سرخرو ہوں گے بلکہ مذہب اسلام میں سادگی کا جو مقام ہے اس کو اپنا کر ہم بے شمار بے جا اسراف سے بھی بچ جائیں گے۔ اگر ہم چاہتے ہیں کہ ہمیں یہ نہ کہنا پڑے کہ اچھے رشتے نہیں ملتے تو ہمیں شریعت الاسلام نے نکاح کیلئے جس عمر کی وضاحت کردی ہے اس پر عمل کرنا ہوگا۔ آج جو یہ پریشانیاں ہیں یہ سب کچھ مسلمان ہوتے ہوئے شریعت اسلام سے دوری کے سبب ہیں۔ اگر آج بھی ہم مذہب اسلام کی اس روح کو سمجھ لیں تو ہماری تمام پریشانیاں ختم ہوجائیں گی اور آخرت بھی سنور جائے گی۔

برص کا کامیاب علاج

گدھے کی ہڈیوں کو جلالیں پھر ان کو کھرل میں خوب رگڑ کر پاؤڈر کی مانند بنا کر شیشی میں محفوظ کرلیں۔ بوقت ضرورت اس پاؤڈر کو سرسوں کے تیل میں ملالیں۔ زیادہ گاڑھا یا مرہم کی طرح نہ ہو' بالکل پتلا رہنا چاہیے پھر مرغ کے پر سے متاثرہ حصہ پر لگانا ہے پر اس لیے اچھا رہتا ہے کہ چوستا نہیں۔ کپڑا یا روئی وغیرہ کافی تیل چوس جاتے ہیں۔ اس لیے پر کی ترکیب فائدہ مند ہے۔ **(نصیر احمد' ایبٹ آباد)**

انتخاب: عائشہ بنت احمد‘ لاہور

مختصر عمل‘ بڑا ثواب‘ بڑی جنت

جب اس کے پاس حضرت فاروق اعظم رضی اللہ عنہ کا یہ خط پہنچا اور اس نے پڑھا تو بار بار ان کلمات کو پڑھتا اور غور کرتا رہا کہ اس میں مجھے سزا سے ڈرایا بھی گیا اور معاف کرنے کا وعدہ بھی کیا ہے پھر رونے لگا اور شراب نوشی سے باز آ گیا اور ایسی توبہ کی کہ پھر اس کے پاس نہ گیا

قرآن کی دو آیتیں: حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی روایت میں ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے دو آیتیں جنت کے خزائن میں سے نازل فرمائی ہیں جس کو تمام مخلوق کی پیدائش سے دو ہزار سال پہلے خود رحمٰن نے اپنے ہاتھ سے لکھ دیا تھا۔ جو شخص ان کو عشاء کی نماز کے بعد پڑھ لے تو وہ اس کیلئے قیام اللیل یعنی تہجد کے قائم مقام ہو جاتی ہیں اور مستدرک حاکم اور بیہقی کی روایت میں ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ اللہ تعالیٰ نے سورۂ بقرہ کو ان دو آیتوں پر ختم فرمایا ہے جو مجھے اس خزانہ خاص سے عطا فرمائی ہیں جو عرش کے نیچے ہیں اس لیے تم خاص طور پر ان آیتوں کو سیکھو اور اپنی عورتوں اور بچوں کو سکھاؤ۔

اسی لیے حضرت فاروق اعظم اور علی المرتضیٰ رضی اللہ تعالیٰ عنہما نے فرمایا کہ ہمارا خیال یہ ہے کہ کوئی آدمی جس کو کچھ بھی عقل ہو وہ سورۂ بقر کی ان دونوں آیتوں کو پڑھے بغیر نہ سوئے گا۔ وہ دو آیتیں سورۃ البقرہ کی آخری دو آیتیں ہیں۔ **(معارف القرآن)**

بے دین کو دیندار بنانے کا ایک عجیب فاروقی نسخہ

ابن کثیر نے ابن ابی حاتم کی سند سے نقل کیا ہے کہ اہل شام میں سے ایک بڑا بارعب قوی آدمی تھا اور فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے پاس آیا کرتا تھا‘ کچھ عرصہ تک وہ نہ آیا تو فاروق اعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ نے لوگوں سے اس کا حال پوچھا۔ لوگوں نے کہا کہ امیر المومنین اس کا حال نہ پوچھئے وہ تو شراب میں مست رہنے لگا۔ فاروق اعظم رضی اللہ عنہ نے اپنے منشی کو بلایا اور کہا یہ خط لکھو: ’’منجانب عمر بن خطاب بنام فلاں بن فلاں۔ سلام علیک اس کے بعد میں تمہارے لیے اس اللہ کی حمد پیش کرتا ہوں جس کے سوا کوئی معبود نہیں‘ گناہوں کو معاف کرنے والا توبہ قبول کرنے والا‘ سخت عذاب والا‘ بڑی قدرت والا ہے اس کے سوا کوئی معبود نہیں‘ اُسی کی طرف لوٹ کر جانا ہے۔‘‘

پھر حاضرین مجلس سے کہا کہ سب مل کر اس کیلئے دعا کرو کہ اللہ تعالیٰ اس کے قلب کو پھیر دے اور اس کی توبہ قبول فرمائے۔ فاروق اعظم رضی اللہ عنہ نے جس قاصد کے ہاتھ یہ خط بھیجا تھا اس کو ہدایت کر دی تھی کہ یہ خط اس کو اس وقت تک نہ دے جب تک وہ نشہ سے ہوش میں نہ آئے اور کسی دوسرے کے حوالے نہ کرے۔

جب اس کے پاس حضرت فاروق اعظم رضی اللہ عنہ کا یہ خط پہنچا اور اس نے پڑھا تو بار بار ان کلمات کو پڑھتا اور غور کرتا رہا کہ اس میں مجھے سزا سے ڈرایا بھی گیا اور معاف کرنے کا وعدہ بھی کیا ہے پھر رونے لگا اور شراب نوشی سے باز آ گیا اور ایسی توبہ کی کہ پھر اس کے پاس نہ گیا۔ حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کو جب اس اثر کی خبر ملی تو لوگوں سے فرمایا کہ ایسے معاملات میں تم سب کو ایسا ہی کرنا چاہیے کہ جب کوئی بھائی کسی لغزش میں مبتلا ہو جائے تو اس کو درستی پر لانے کی فکر کرو اور اس کو اللہ کی رحمت کا بھروسہ دلاؤ اور اللہ سے اس کیلئے دعا کرو کہ وہ توبہ کر لے اور تم اس کے مقابلے میں شیطان کے مددگار نہ بنو یعنی اس کو برا بھلا کہہ کر یا غصہ دلا کر دین سے دور کر دو گے تو یہ شیطان کی مدد ہو گی۔ **(معارف القرآن)**

صالح بیوی: ایک حدیث میں رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ جو عورت اپنے شوہر کی تابعدار و مطیع ہو اس کیلئے پرندے ہوا میں استغفار کرتے ہیں اور مچھلیاں دریا میں استغفار کرتی ہیں اور فرشتے آسمانوں میں استغفار کرتے ہیں اور درندے جنگلوں میں استغفار کرتے ہیں۔ **(معارف القرآن)**

جب تک باوضو رہو گے فرشتے نیکیاں لکھتے رہیں گے

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ رسول کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے ان سے فرمایا اے ابوہریرہ رضی اللہ عنہ جب تم وضو کرو تو **بسم اللہ والحمدللہ** کہہ لیا کرو (اس کا اثر یہ ہو گا کہ) جب تک تمہارا یہ وضو باقی رہے گا اس وقت تک تمہارے محافظ فرشتے (یعنی کاتبین اعمال) تمہارے لیے برابر نیکیاں لکھتے رہیں گے۔ **(معارف الحدیث)**

بواسیر کیلئے کامیاب نسخہ

ھوالشافی: چھالکا 25 گرام‘ کول ڈوڈے 25 گرام‘ تباشیر 25 گرام‘ کوزا مصری 25 گرام‘ چھوٹی الائچی 25 گرام‘ ان چیزوں کو پیس کر سفوف بنا لیں‘ آدھا چمچ صبح‘ آدھا شام سات دن تک یا 21 دن تک استعمال کریں جس قسم کی بھی بواسیر ہو گی انشاء اللہ تعالیٰ ختم ہو جائے گی۔ لیکن کول ڈوڈے سے زہر نکال دیں۔ الحمدللہ خود آزمایا ہوا ہے۔ بہت آرام دہ دوائی ہے۔ اس سے موہکے یقینی ختم ہو جاتے ہیں۔

ہادیہ عالم‘ ٹیکسلا

اورنگزیب کا انصاف

کھانے سے فارغ ہو کر مجذوب اس شخص سے مخاطب ہوا اور کہا ’’مانگ کیا مانگتا ہے؟‘‘ غمزدہ شخص مسکرایا

مغل بادشاہ اورنگ زیب عالمگیر کے دور کا یہ واقعہ بادشاہ اور مجذوب کے درمیان کشمکش کی ایک انوکھی کہانی ہے جس میں مجذوب اور بادشاہ دونوں ہی جیت گئے۔ اس طرح کہ مجذوب نے اپنا مقصد حاصل کر لیا اور اورنگ زیب عالمگیر مجرم کو نہیں تو اس کے وکیل اور نجات دہندہ کو سزا دینے میں کامیاب ہو گیا۔ اس واقعے سے یہ بھی معلوم ہوتا ہے کہ اورنگ زیب خود بھی اسی نظام میں کسی عہدے پر فائز تھا جس نظام کا یہ پراسرار مجذوب حصہ تھا۔

اس وقت کے قانون کے تحت قتل کے مجرم کیلئے رحم کی آخری درخواست بادشاہ کے حضور پیش کی جاتی اور اگر بادشاہ یہ درخواست مسترد کر دیتا تو پھر مجرم کسی صورت بچ نہیں سکتا تھا۔ اسی دور کی بات ہے کہ ایک بار دہلی میں قتل کی ایک واردات ہوئی۔ عدالت نے اس قاتل کو سزائے موت سنا دی اور شہنشاہ اورنگزیب نے اس کی رحم کی درخواست بھی مسترد کر دی۔

پھانسی کا وقت قریب آ گیا۔ پھانسی سے ایک روز پہلے کی بات ہے‘ قاتل کا غمزدہ بھائی پریشانی کے عالم میں بازار میں گھوم رہا تھا کہ ایک نامعلوم شخص نے اس کا ہاتھ پکڑ لیا۔ اس نے دیکھا کہ اس کے سامنے ایک غلیظ لباس والا بوڑھا مجذوب کھڑا تھا جس کا سر‘ چہرہ اور پورا جسم گرد آلود تھا۔ اس کی حالت سے فاقہ زدگی ٹپک رہی تھی۔

اس مجذوب نے اس سے صرف دو لفظ کہے بھوک‘ روٹی۔ اسے مجذوب کی حالت پر رحم آ گیا اور اس نے قریبی دکان سے اسے کھانا کھلایا۔ اس نے دیکھا کہ مجذوب وحشیوں کی طرح کھانا کھا رہا تھا۔ کھانے سے فارغ ہو کر مجذوب اس شخص سے مخاطب ہوا اور کہا ’’مانگ کیا مانگتا ہے؟‘‘ غمزدہ شخص مسکرایا کہ جسے کھانے کو نہ جانے کب سے کچھ نہیں ملا‘ وہ مجھے کیا دے گا لیکن مجذوب نے دوبارہ تحکم آمیز انداز میں کہا ’’مانگ کیا مانگتا ہے‘‘ اس پر وہ شخص بولا کل صبح دس بجے میرے بھائی کو پھانسی دی جا رہی ہے اسے رکوا سکتے ہو؟‘‘ یہ سن کر مجذوب کی کیفیت ہی بدل گئی۔ خوف اس کے چہرے سے ٹپکنے لگا اور وہ ’’موت‘ موت‘ دیر ہو گئی‘ دیر ہو گئی‘ کے عجیب و غریب الفاظ کہتا ہوا ایک طرف کو بھاگ نکلا۔ **(باقی صفحہ 36 پر)**

کالے جادو سے تڑپتے سلگتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

کامیابی نہیں ملتی | گھر میں بے سکونی | مجھے پاگل کہتے ہیں | ساس نے قبول نہیں کیا | کچھ یاد نہیں رہتا

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

کامیابی نہیں ملتی

سوال: میری عمر 28 سال ہے۔ چار بیٹیوں کا باپ ہوں۔ 1999ء سے مختلف نوکریاں اور کاروبار کرتا رہا ہوں لیکن پتا نہیں کیوں آج تک کسی بھی کاروبار میں کامیابی نہیں ہوئی۔ کافی حد تک مقروض ہوگیا ہوں' پریشانیاں بڑھ گئی ہیں۔ محنت بھی حد سے زیادہ کرتا ہوں۔ **(محمد رفیق' خانیوال)**

جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سو ایک بار سورۂ طارق کی آیت نمبر 3 پڑھیں۔ روزگار میں برکت اور ترقی کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے' وضو بے وضو' کثرت سے یاحی یاقیوم کا ورد کریں۔ پانچ کلو باجرہ خرید کر اس کے سات حصے کرلیں۔ سات دن تک روزانہ ایک حصہ صبح کے وقت چڑیوں کو ڈالا کریں۔

گھر میں بے سکونی

ہم سب نے بڑی پریشانی میں وقت گزارا ہے۔ ہم آٹھ بہن بھائی امی ابو کے ساتھ رہتے ہیں۔ مالی حالات بہتر ہیں مگر گھر کی بے سکونی ہم سب کو ایک دوسرے سے بہت دور کررہی ہے۔ والدین کا تھوڑا بہت جو ادب واحترام تھا لگتا ہے اب وہ بھی نہیں رہے گا۔ گھر کے افراد ایک دوسرے سے بات چیت نہیں کرتے' حالانکہ سب پڑھے لکھے اور سمجھ دار ہیں۔ اب سب میں خودغرضی آتی جارہی ہے۔ دو بڑے بھائی گھریلو معاملات سے بے بہرہ ہیں۔ ہم تین بہنیں بڑی ہیں' رشتے آتے ہیں مگر بات آگے نہیں چلتی۔ یہ سب دیکھتے ہوئے کوئی کچھ کرنے کو تیار نہیں۔ ماں باپ بے چارے اپنی عزت اور بچوں کی لڑائی کی وجہ سے خاموش رہتے ہیں۔ جو کام کریں' اس میں رکاوٹ ہے۔ کہیں کوئی امید نظر نہیں آتی......! **(ت م' گوجرانوالہ)**

جواب: رات سونے سے پہلے سو بار سورۂ بنی اسرائیل کی آیت 53 اول وآخر گیارہ گیارہ بار درودشریف کے ساتھ پڑھ کر بہن بھائیوں کا تصور کرکے دم کردیں اور آپس میں میل محبت' حسن سلوک' والدین کے ادب واحترام' فرمانبرداری اور حالات کی بہتری کیلئے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک جاری رکھیں۔ چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاسَلَامُ کا ورد کریں۔

مجھے پاگل کہتے ہیں

دو ماہ بعد میری شادی ہے۔ میرے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میں زیادہ بولتی ہوں اور اس وجہ سے کوئی میری عزت نہیں کرتا۔ گھر کے افراد مجھے پاگل کہہ کر پکارتے ہیں اور کہتے ہیں کہ یہ بہت بولتی ہے۔ **(بسمہ' کوئٹہ)**

جواب: آپ صبح وشام اکیس بار سورۂ لقمان کی آیت 18 اول وآخر تین تین بار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کرکے پئیں۔ بولنے کے بجائے اپنے خیالات اور جذبات کا اظہار تحریری طور پر کرنے کی کوشش کیجئے۔

سندھی زبان پر عبور

مجھے پڑھنے لکھنے' نئے نئے ہنر اور زبانیں سیکھنے کا بہت شوق ہے۔ میں سندھی زبان پر عبور حاصل کرنا چاہتی ہوں لیکن محسوس یوں کرتی ہوں کہ مجھ میں کوئی نئی زبان سیکھنے کی صلاحیت کم ہے۔ **(ماریہ شفیق' میرپور)**

جواب: آپ صبح وشام ایک سو ایک بار سورۂ طٰہٰ کی آیت نمبر 27 اول وآخر گیارہ گیارہ بار درودشریف کے ساتھ پڑھ کر شہد دم کرکے صبح وشام پئیں۔ چلتے پھرتے' وضو بے وضو کثرت سے یَاعَلِیْمُ یَاخَبِیْرُ کا ورد کرتی رہا کریں اور اللہ سے اپنے علم میں اضافے کی دعا کریں۔

خواب میں ڈرنا

ہمارے بڑے بھائی رات کو سوتے ہوئے ڈر جاتے ہیں جب تک انہیں بیدار نہ کیا جائے وہ مسلسل ڈرتے رہتے ہیں۔ پہلے یہ مسئلہ کبھی کبھار پیش آتا تھا اب تو تقریباً روز ہی ایسا ہوتا ہے۔ ہمارے خیال میں ان پر کسی نے کالا علم کروادیا ہے۔ میں اپنے والد اور دادی کا نام تاریخ پیدائش لکھ رہی ہوں براہ کرم ہمیں بتائیں کہ یہ سب کچھ بدعملیات کی وجہ سے تو نہیں ہے؟ **(مائرہ' کراچی)**

جواب: یہ کالے علم کا اثر نہیں ہے۔ آپ کے بھائی کے لاشعور میں کچھ ایسی چیزیں پیوست ہوگئی ہیں جو وہ کسی کو بتانا نہیں چاہتے۔ جب وہ سوجاتے ہیں تو یہ باتیں خوف یا تکلیف دہ تصویروں کا روپ دھار لیتی ہیں۔ اگر اس بات کا فوری تدارک نہ کیا تو ڈر ہے کہ خدانخواستہ یہ تشویشناک صورت اختیار نہ کرلے۔

کھانوں میں نمک کی مقدار آدھی کردیں۔ بطور روحانی علاج صبح نہار منہ اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ سورۂ آل عمران کی آیت نمبر 2 **اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ** تین تین مرتبہ درودشریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ٹیبل سپون شہد پر دم کرکے پئیں۔

بھائی سے کہیں نماز کی پابندی کریں اور حرام رزق سے ہر حال میں بچیں اور احادیث میں جو رات کے اعمال ہیں وہ کرکے سوئیں اور چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ کا ورد کرتے رہا کریں۔

عبادت میں یکسوئی

نماز پڑھنے کے دوران میرے ذہن میں خیالات کا جم غفیر لگا رہتا ہے۔ میں ان خیالات کو دور کرنے کی بہت کوشش کرتا ہوں لیکن یہ خیالات مجھے نماز کے دوران بے چین ہی رکھتے ہیں۔ آپ کوئی ایسا مشورہ دیں کہ میں نماز پوری یکسوئی سے ادا کرسکوں اور روحانی سکون بھی حاصل ہو۔ **(عباس رضا' کراچی)**

جواب: آپ وضو کرنے کے بعد کسی آرام دہ نشست پر قبلہ رخ بیٹھ جائیں اب تین مرتبہ درودشریف اور تین مرتبہ استغفار **اَسْتَغْفِرُاللّٰہَ رَبِّیْ مِنْ کُلِّ ذَنْبٍ وَّاَتُوْبُ اِلَیْہِ** پڑھ کر آنکھیں بند کرلیں اور پھر تقریباً تین سے پانچ منٹ یہ تصور کریں کہ اللہ مجھے دیکھ رہا ہے۔ اس کے بعد نماز کیلئے نیت باندھ لیں۔

ساس نے قبول نہیں کیا

میری شادی کو ڈیڑھ سال کا عرصہ ہوا ہے۔ میں شادی کے دوسرے ہفتے سے ہی اپنی ساس کے ناروا سلوک کا شکار چلی آرہی ہوں۔ شروع میں تو میں نے ان کے رویے کو برداشت کیا لیکن اب ان کی ہر بات پر نکتہ چینی معمولی باتوں پر ڈانٹ ڈپٹ جیسے رویے نے مجھے بہت پریشان کررکھا ہے۔ مجھے لگتا ہے کہ میری ساس نے مجھے بہو کے طور پر دل سے قبول ہی نہیں کیا حالانکہ یہ خود مجھے بیٹی بنا کر لائے ہیں۔ براہ مہربانی اس مسئلے کے حل کیلئے کوئی وظیفہ بتادیں۔ **(پوشیدہ...... گجرات)**

جواب: رات کو سونے سے قبل اکتالیس مرتبہ سورۃ الانعام کی 165 آیت وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ سے لے کر وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھیں۔ وضو بے وضو کثرت سے يَا عَزِيزُ يَا سَلَامُ کا ورد کریں۔

کچھ یاد نہیں رہتا

میری عمر 16 سال ہے اور میں دسویں جماعت کا طالب علم ہوں جو بھی یاد کرتا ہوں' بھول جاتا ہوں۔ ریاضی اور طبیعات کے استاد جو سمجھاتے ہیں اس وقت سمجھ میں آجاتا ہے لیکن بعد میں بھول جاتا ہوں۔ کوئی دعا یا وظیفہ پڑھنے کیلئے بتائیں جس کے پڑھنے سے میں امتحان میں اچھے نمبروں سے پاس ہوجاؤں؟ **(ارسلان احمد' لاہور)**

جواب: بیٹا! آپ روزانہ بعد نماز عشاء يَا حَافِظُ يَا حَفِيظُ يَا اَللّٰهُ 66 مرتبہ پڑھیں۔ اول و آخر درود شریف ابراہیمی تین تین مرتبہ پڑھیں اور پانی پر دم کرکے رکھ لیں جب پیاس لگے تو یہ پانی پی لیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام پریشانیاں دور ہوجائیں گی۔ وظیفے کے بعد امتحان میں کامیابی کیلئے دعا بھی کریں۔

پھیپھڑوں کا کینسر ہے

میں نے جب سے گھر لیا ہے پریشانیوں میں مبتلا ہوگیا ہوں' جن میں مالی تنگی نمایاں ہے دو سال سے بیوی کی بھی طبیعت ٹھیک نہیں' پھیپھڑوں کا کینسر ہے۔ **(عباس علی' راولپنڈی)**

جواب: جناب آپ کے معاملات میں کسی حاسد نے یہ عمل کرایا ہے جس کی وجہ سے آپ پر یہ پریشانیاں آئی ہیں۔ تمام مسائل کے حل اور بیوی کی صحت کیلئے انمول خزانہ خاص ترکیب کے ساتھ پڑھیں۔ ترکیب انمول خزانہ میں درج ہے۔ حالات کی بہتری کیلئے دعا کریں انشاء اللہ سب ٹھیک ہوجائے گا۔

والدہ کی اہمیت نہیں

والد اپنے طور پر فیصلے کرلیتے ہیں' والدہ کو اہمیت نہیں دیتے' خرچ کیلئے پیسے دینے سے بھی گریز کرتے ہیں۔ وہ کسی عامل سے متاثر ہیں اور اس کی باتوں پر عمل کرتے ہیں۔ والد کے فیصلوں سے گھر کے حالات بگڑ رہے ہیں۔ ہماری تعلیم متاثر ہورہی ہے۔ ہمارے قریبی عزیز ہماری جائیداد پر قبضے کے خواہاں ہیں اور اس کے لیے طرح طرح کی کارروائیاں کرتے رہتے ہیں۔ والدان کے فیصلوں کو رد نہیں کرسکتے۔ مختصر یہ کہ گھر کا نظام الجھتا جارہا ہے اور حالات خراب ہورہے ہیں۔ **(سلیم' شیخوپورہ)**

جواب: والدہ سے کہیں کہ وہ نماز عشاء کے بعد اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک سو ایک بار يَا بَاعِثُ پڑھ کر ہاتھوں پر دم کرکے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔ گھر کا کوئی فرد فجر کی نماز کے بعد اکیس یا اکتالیس بار سُبْحَانَ اللّٰهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ لَا اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَحْدَهٗ لَا شَرِيْكَ لَهٗ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے رحم و کرم کی دعا کیا کریں۔ یہ وظیفہ چالیس دن کیا جائے۔ اول الذکر وظیفہ نوے دنوں تک کرنا ہ

والدین کی بات نہ ماننے کی سزا

میری شادی کزن سے ہوئی اور میرے فیصلے سے ہوئی۔ وہ پہلے سے شادی شدہ تھا۔ یہ شادی دس سال قائم رہی اور اس نے مجھے بہت تکالیف دیں بالآخر طلاق ہوگئی۔ اس کے بعد لوگوں نے مجبور کیا کہ دوسری شادی کرلو۔ جاننے والے لوگوں نے شادی کرائی لیکن وہ شخص میری کثیر رقم اور زیورات لے کر ایسا غائب ہوا کہ آج تک نام ونشان تک نہیں ملا۔

میرے گھر والوں نے مجھے پوچھنا چھوڑ دیا ہے شاید یہ والدین کی بات نہ ماننے کی سزا ہے۔ ویسے میں کسی کی محتاج نہیں لیکن میرا اپنا گھر نہیں ہے اور خوشیوں سے محروم ہوں۔ کوئی مخلص چاہنے والا نہیں ہے۔ میرے لیے درس میں بھی دعا کرادیں۔ **(ک۔خ...... ہالینڈ)**

جواب: سکون اور محتاجی سے نجات کیلئے اللہ پر یقین قائم رکھیں اور یہ نہ سمجھیں کہ دنیاوی ذرائع آپ کو ہمیشہ اور ہر طرح کا تحفظ مہیا کرسکیں گے۔ سب طرف سے ذہن ہٹا کر یہ فکر مستحکم کریں کہ اللہ تعالیٰ جس طرح چاہیں گے آپ کیلئے آسانی مہیا فرمادیں گے۔ آپ نماز فجر اور نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ اَسْتَغِيْثُ پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے رحم و کرم کی دعا کیا کریں۔

ہمارے ہاں قبائلی جھگڑے بہت ہیں۔ ہمارے خاندان میں بھی ایک ایسے تنازع کو بیس سال ہوگئے ہیں۔ اس تنازع میں

قبائلی جھگڑے

ہمارے اور مخالفین کے سات آدمی قتل ہوچکے ہیں اور صلح کے آثار نہیں ہیں ہم اس صورت حال سے پریشان ہیں اور ایک سال سے گاؤں سے باہر قدم نہیں نکالا ہے۔ اس صورتحال سے نکلنے کیلئے ہمیں کیا کرنا چاہیے۔ **(عمران خان' جیکب آباد)**

جواب: کسی سمجھدار اور نیک شخص کے ذریعے دونوں طرف کے لوگوں کو سمجھایا جائے کہ اس طرح کی دشمنیاں اللہ ورسول ﷺ کی تعلیمات کے تحت خلاف ہیں۔ جہاں تک ہوسکے آپ اپنی طرف سے لچک اور ایثار کا مظاہرہ کریں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے ایثار کا صلہ ضرور عطا کرے گا۔ اس طرح یہ کھلا دروازہ ہمیشہ کیلئے بند ہوجائے گا۔ اس کے ساتھ ساتھ نماز عشاء کے بعد ایک سو ایک بار يَا حَكِيْمُ اور نماز فجر کے بعد سورۂ یٰسین ایک بار پڑھ کر دعا کیا کریں۔ کوششوں کے نتائج ظاہر ہونے تک انہی وظائف پر عمل کریں۔

ورم معدہ کا آسان علاج

اگر معدہ میں ورم آگیا ہو تو ایسی حالت میں مقام معدہ پر دودھ کی تکمید نہایت ہی مفید ہے۔ کھانے کیلئے چوبیس گھنٹے تک دودھ اور دودھ سے بنی ہوئی اشیاء کے سوا کچھ نہیں کھانا چاہیے۔ بعدازاں دودھ چاول' کھچڑی اور پھر آہستہ آہستہ روٹی وغیرہ کھانی چاہیے۔ اس طرح ورم معدہ صرف چوبیس گھنٹوں میں ہی ختم ہوجائے گا۔ یہ نسخہ میرا آزمایا ہوا ہے اور میں نے جس کسی کو بھی دیا اُسی کو فائدہ ہوا۔ **(عائشہ' لاہور)**

دگنا ثواب

آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا جو کوئی عرفہ کے دن غسل کرتا ہے تو اس کے جسم سے جتنے قطرے پانی کے گرتے ہیں اتنے مہینوں کی عبادت کا ثواب اللہ تعالیٰ اس غسل کرنے والے کو عنایت فرماتے ہیں۔

عرفہ اور امت کی بخشش

ایک بار عرفہ کے دن حضرت جبرئیل علیہ السلام نے خدمت نبوی ﷺ میں حاضر ہوکر پیام الٰہی پہنچایا کہ اللہ نے تمام حاجیوں کو بخش دیا آپ ﷺ نے آبدیدہ ہوکر فرمایا اور جو حج کو نہیں آئے ان کا کیا حال ہوگا پھر فرمان الٰہی آیا کہ آپ آبدیدہ نہ ہوں میں نے آپ ﷺ کی امت کو بخش دیا۔ یہاں تک کہ جس کے دل میں ذرہ برابر بھی ایمان تھا اس کو بھی میں نے آج کے دن بخش دیا۔ **(بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ)**

گرتے بالوں اور خشکی کیلئے بہترین ٹوٹکہ

انہوں نے کہا اس کے کان میں ''امرت دھارا'' جو کہ وہ ہر آنے والے مریض کو بطور دوا دیتے ہیں کے 3,2 قطرے کان میں ڈال کر اوپر سے سرسوں کے تیل کے 3,2 قطرے ڈال دو۔ ماشاء اللہ ایک ہفتہ کے بعد کان الحمدللہ ٹھیک ہوگیا

(مسز اشرف' سمن آباد لاہور)

ہوا کچھ یوں کہ میرے بیٹے عبداللہ (جس کی عمر اس وقت ماشاء اللہ ساڑھے 13 سال ہے) کے کان کے اوپر ایک موٹی سوئی کے برابر پیدائشی سوراخ ہے جب اس کی عمر 4 سال ہوئی تو اس کا کان مسلسل خراب رہنے لگا۔ ہر 7,6 ماہ بعد سوراخ اور کان کے اندر سے ریشہ اور گندا مواد نکلنا شروع ہوجاتا جس سے بچہ ہفتہ' دس دن تک مسلسل تکلیف میں رہتا۔ شیخ زید ہسپتال سے دوائی اور ڈراپس وغیرہ استعمال کروائے جاتے جس سے وقتی فائدہ ہوتا۔ ہر چھ سات ماہ بعد اس کا ڈاکٹری علاج ہوتا رہا۔ (تقریباً چار سال تک) آخر ڈاکٹروں نے مزید معائنہ کے بعد تجویز کیا کہ اس کے کان کے اندر کی ایک حساس نالی خراب ہوچکی ہے آپریشن کے ذریعے نئی ڈالی جائے گی۔ اب رمضان میں تین چار دن باقی تھے اور آپریشن بھی ٹھیک رمضان کے شروع میں ہونا تھا' میں سخت پریشان ہوئی کہ اے میرے مولا! میں نے تو رمضان کا سارا وقت تیرے لیے رکھا ہوتا ہے' یہ تیرا افضل مہینہ اور میں کچھ بچے کیساتھ ہسپتال میں گزاروں؟ بس تو اس کو شفاء دے دے۔ صدقہ دیا' صلوٰۃ الحاجت پڑھی (الحمدللہ تب سے آج تک گھر میں خدانخواستہ بیماری آ بھی جائے تو میرا میرے شوہر کا یہی عمل ہے' چھوٹے بچے کو 105 تک بخار تھا اللہ نے بغیر دوائی کے فضل کیا سب بچوں بڑوں کیلئے یہی عمل کرتی ہوں اور دوسروں کو بھی اسی عمل پر لانے کی کوشش کرتی ہوں میرا اللہ ہمیں شفاء دیتا ہے)۔ اگلے دن مجھے اپنی بیماری (سانس' بلغم' تیزابیت وغیرہ) کیلئے فیصل آباد میں محترم جناب صوفی سرور نقشبندی صاحب کے پاس کسی نے دم کروانے کیلئے جانے کو کہا جو کہ فیصل آباد میں شوگر کے دم کیلئے مشہور ہیں۔ میرا بیٹا بھی اس وقت میرے ساتھ گیا۔ صوفی صاحب سے اس کے کان کا تذکرہ کیا۔ انہوں نے کہا اس کے کان میں ''امرت دھارا'' جو کہ وہ ہر آنے والے مریض کو بطور دوا دیتے ہیں کے 3,2 قطرے کان میں ڈال کر اوپر سے سرسوں کے تیل کے 3,2 قطرے ڈال دو۔ ماشاء اللہ ایک ہفتہ کے بعد کان الحمدللہ ٹھیک ہوگیا۔ بعد میں تین سال تک صرف برسات میں ایک دو دن یہی نسخہ استعمال کرواتی رہی۔ الحمدللہ اب تقریباً چھ سال کا عرصہ ہوگیا میرے بیٹے کا کبھی کان درد نہیں ہوا۔ میرے اللہ نے شفاء دیدی الحمدللہ۔

گرتے بالوں اور سر کی سکری خشکی کیلئے مجرب عمل: 2 عدد لیموں کا رس نکال کر بالوں کی جڑوں میں لگا کر اچھی طرح مساج کریں اور آدھا گھنٹہ بعد سرسوں کے تیل کا مساج کریں۔ اس کے بعد اچھی طرح باریک کنگھی کریں اس سے سر کی تمام سکری کنگھی کیساتھ باہر آجائے گی اور کنگھی سے جڑوں کا مساج ہوکر دوران خون درست ہوجائے گا۔ بعد میں غسل کریں ان شاء اللہ ایک ہفتہ کے اندر بال گرنا بند اور سکری کا خاتمہ ہوجائے گا۔ یہ عمل گرمیوں میں ایک دو دن بعد اور سردیوں میں 5,4 دن بعد کریں۔ مرض ختم ہونے تک کرتے رہیں اور اس کے بعد بھی ہفتہ میں ایک بار یہ عمل ضرور دھرائیں۔

بھینسوں کی شوگر کا عجیب وغریب نسخہ

(ذکیہ اقتدار' بہاولنگر)

آج بار بار دروازہ دیکھ رہی ہوں میری جو خدمت کیا کرتی ہیں وہ نہیں آئیں۔ یہ تو چھ بجے میرے گھر موجود ہوتیں' کبھی دیر نہیں کرتیں' اللہ خیر کرے' 8 بجے بیل دی' گیٹ کھولا تو وہ آگئیں' سلام کے بعد پوچھا آج اس قدر دیر کیوں کردی؟ کہنے لگیں دو چار کسانوں کی بھینسیں بیمار تھیں' انہیں نسخہ دینے گئی تھیں' نسخہ نہ دیتی تو لاکھ لاکھ کی بھینس مرجاتی' غریب کسان مجھے دعائیں دیں گے' میں انہیں آپا جی کہتی ہوں' آپا جی آپ یہ نسخہ مجھے لکھوادیں میں عبقری میں بھیج دوں گی۔ پھر بہت سارے کسانوں کی بھینسیں شفایاب ہوں گی۔ وہ سب آپ کو دعائیں دیں گے۔ اس بیماری کے تین نام ہیں۔ موری بھی کہتے ہیں بھینس کی شوگر' دم کا پھوڑا بھی' یہ بیماری بھینس کی دم میں ہوجاتی ہے' دم میں کیڑے پڑجاتے ہیں' وہ کیڑے اس قدر زہریلے ہوتے ہیں کہ بھینس کی دم گل جاتی ہے اور خود ہی کٹ کٹ کر گرنے لگتی ہے۔ بھینس بہت تکلیف میں ہوتی ہے۔ اس کا دودھ قابل استعمال نہیں ہوتا۔ اگر اس کا علاج نہ کروائیں تو یہ بہت جلدی مرجاتی ہے جانوروں پر رحم کریں ان کا خیال رکھیں نسخہ لکھ لیجئے:۔

مدار یعنی آک کے پودے کے تازہ پتے تین کلو' پانی چار کلو' میٹھا سوڈا ایک چمچ' نمک لاہوری ایک چمچ۔ چار اشیاء ہیں۔

بڑا پتیلا لیں اس میں چاروں چیزیں ڈال دیں۔ آدھا گھنٹہ تیز آگ پر ابالیں۔ اب اس کو آگ پر سے اتارلیں۔ ٹھنڈا کریں' ٹھنڈے پانی کو لوٹے میں بھرلیں' اب بھینس کی دم کی جہاں سے ابتدا ہے اوپر کی طرف سے ڈالیں' نیچے کوئی برتن رکھ لیں' آپ کو معلوم ہوجائے گا۔ بھینس کی دم کے کیڑے گر رہے ہیں' تین دن یہ عمل دہرائیں۔ چوتھے روز یہ بھینس ٹھیک ہوجائے گی۔ ایک سو ایک روپیہ صدقہ کریں' شکرانے کے بیس نفل مسجد میں ادا کریں' جب بھینس کا دودھ استعمال کریں بھینس ٹھیک ہونے کے بعد جب اس کا دودھ نکالیں تو سارا دودھ کسی غریب کو دے دیں۔ صبح اور شام کا۔ پھر خود استعمال کریں۔ یہ اعمال کرنے کے بعد بھینس زندگی بھر بیمار نہیں ہوگی۔ چارہ بسم اللہ پڑھ کر ڈالیں جب بھینس کو نہلائیں تو یَا رَحْمٰنُ پڑھتے رہیں' کبھی کبھی پاؤ دودھ صدقہ کردیا کریں۔ بھینس کو جب شوگر پھوڑا ہوتا ہے یہ اچھوتی بیماری ہے یہ تمام جانوروں کو ہوجاتا ہے سب جانوروں کی شفاء کیلئے یہی نسخہ استعمال کریں۔ تین ماہ بعد بھینسوں کو اسی نسخے کے پانی سے نہلا دیا کریں۔

بچہ دودھ نہ پیتا ہو یا دودھ کم ہو

یہ نسخہ دودھ میں غذائیت بھی بڑھاتا ہے۔ **ھوالشافی:** زیرہ سفید دو تولہ' الائچی دانہ ایک تولہ' مغز کدو چھ ماشہ' مغز خیارین چھ ماشہ۔ **ترکیب استعمال:** تمام چیزوں کا سفوف بنا کر اس کی آٹھ خوراکیں بنالیں۔ ایک خوراک صبح' ایک خوراک شام ہمراہ نیم گرم دودھ۔ نہایت فائدہ مند نسخہ ہے۔ ان شاء اللہ پہلی یا دوسری خوراک سے ہی دودھ بہت بڑھ جائیگا۔

دودھ پلانیوالی ماؤں کے بریسٹ میں اگر درد ہو

دودھ پلانے والی ماؤں کے بریسٹ میں اکثر درد ہوتا ہے یا زخم ہوجاتا ہے یا انفیکشن ہوجاتا ہے۔ عموماً یہ مسئلہ پہلے بچہ کے دوران ہوتا ہے تو اس کیلئے صرف تین دن کا تیر بہدف نسخہ حاضر ہے۔ **ھوالشافی:** سفید زیرہ آدھ پاؤ۔ **ترکیب استعمال:** آدھ پاؤ سفید زیرہ کی تین برابر خوراکیں بنالیں تین دن تک روزانہ ایک خوراک آدھا کلو دودھ میں ڈال دیں پھر اس دودھ کو آگ پر ابالیں جب دودھ ڈیڑھ پاؤ رہ جائے تو اتارلیں اور دوائی سمیت دودھ پی لیں۔ اسی طرح دوسرے دن اور تیسرے دن دوائی کھانی ہے۔ پہلی خوراک سے ہی ان شاء اللہ فرق پڑیگا۔ **(ڈاکٹر شعیب ملک)**

چند قطروں سے نارمل ڈیلیوری ممکن ہے

ایسی خواتین ضرور پڑھیں جو آپریشن کے بغیر بچے کی ڈیلیوری سے عاجز ہیں یا پھر ان کی ڈیلیوری کیلئے آپریشن ضروری ہوتا ہے۔

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

قارئین! اس مضمون کے لکھنے کی وجہ دراصل یہ بنی کہ آج 3/5/2011 میرے سامنے ڈاک آئی تو سب سے اوپر پرنسپل غلام قادر ہراج صاحب کا خط تھا دراصل انہوں نے مضمون کسی اور شعبے کا بھیجا تھا لیکن خط میں یہ لکھا تھا کہ ایک آزمودہ نسخہ ارسال ہے کہ عورت کو حمل کے نویں مہینہ کے شروع میں بادام روغن جو کہ خود نکلوایا ہوا ہو بازاری نہ ہو' گائے کے نیم گرم دودھ میں دس قطرے روزانہ شام کو پلائیں' انشاءاللہ ڈیلیوری نارمل اور آسانی ہوگی کسی آپریشن کی ضرورت نہ ہوگی۔ اگر کسی کو بادام روغن میسر نہ ہو تو گائے کے گھی کو گائے کے نیم گرم دودھ میں ملا کر پلائیں تو پھر اچھے رزلٹ ہیں اور اگر گائے کا دودھ نہ ملے تو بھینس یا بکری کا دودھ بھی استعمال کرسکتے ہیں۔ قارئین! یہ خط جب سامنے آیا تو میرے اپنے تجربات یک دم میرے ذہن میں گھومنے لگے۔ خیال آیا کہ کیوں نہ ایک ایسا مضمون لکھ دوں جو اس تجربے کی مزید وضاحت کردے۔ بہت ہی پرانی سی بات ہے میرے پاس ایک دیہاتی طرز کی دائی خواتین کی امراض کی دوائی لینے آتی اور ان کے فوائد پوچھتی پھر وہ خواتین کو جا کر دیتی ہر دوسرے تیسرے دن وہ آتی بہت پرانی تجربہ کار تھی۔

چھوٹے چھوٹے آسان ٹوٹکوں سے وہ کام لیتی' جہاں ان پیچیدہ کیس آتا تو میرے پاس آتی کیس ڈسکس کرتی میں اس کا حل بتاتا علاج تدبیر اور دوائی دیتا اور اللہ پاک اس کے مریض صحت یاب کردیتا۔ وہ بہت اعتماد اور بھروسے سے آتی بہت عرصہ تک آتی رہی اسی دوران ایک دن وہ مجھ سے دوائی لینے آئی تو ایک خاتون ان سے پہلے مجھ سے دوائی لینے آئی بیٹھی تھی خاتون کہنے لگی کہ حکیم صاحب کوئی ایسی دوائی دیں کہ میری ڈیلیوری نارمل ہو یہ پانچواں بچہ ہونے کو ہے اب بھی ڈاکٹر کہتے ہیں کہ آپریشن ہوگا میں تو آپریشن کروا کروا کر تھک گئی ہوں لیکن آپریشن میرے لیے لازمی قرار دیا جاتا ہے بہت بچنے کی کوشش کی' بہت تدبیر کی لیکن ہر بار آپریشن کے بغیر بچے کی ڈیلیوری نہیں ہوتی۔ میں ابھی جواب دینا ہی چاہتا تھا کہ وہ دائی بولی یہ کونسی مشکل بات ہے۔ تم ایسا کرو کہ دس قطرے بادام روغن کے چوتھے مہینے کے بعد دودھ میں ڈال کر پینا شروع کردو' اگر اس کے پینے سے تمہیں اجابت کچھ زیادہ کھل کر آنے لگے تو ایک دو دن کا وقفہ کردو ورنہ لازم پینا شروع کردو اور پھر جو خاتون بھی ایسا کریگی میرا تجربہ ہے کہ اس کا بچہ گول مٹول خوبصورت ہوتا ہے اکثر بیٹا ہوتا ہے' صحت مند ہوتا ہے' سفید رنگ کا ہوتا ہے اور ڈیلیوری بالکل نارمل ہوتی ہے حتیٰ کہ یہ بادام روغن ایسے بچوں کیلئے بھی آزمایا گیا جو الٹے ہوتے ہیں اور ڈاکٹر کہتے ہیں کہ بچے الٹے ہیں اور ان کا علاج صرف اور صرف آپریشن ہے۔ وہ دائی یہ نسخہ بتا کر چلی گئی۔ کچھ ہی عرصے کے بعد وہ خاتون آئیں تو کہنے لگی کہ واقعی مجھے اس سے بہت فائدہ ہوا اور حیرت انگیز طور پر میری ڈیلیوری نارمل ہوئی اور آپریشن نہیں کرنا پڑا اور پھر خود ہی خاتون کہنے لگی میں نے کئی اور خواتین کو بھی بتایا کوئی ابھی استعمال کررہی ہے اور کچھ نے کیا ان کو بھی فائدہ ہوا۔ قارئین! یقین جانیے اس سے پہلے اس فارمولے کی مجھے خود خبر نہیں تھی ویسے بھی میں اپنے آپ کو سیکھنے والا سمجھتا ہوں میں کسی عام آدمی سے بھی سیکھتا ہوں اور اس کی بات پر غور کرتا ہوں میں نے لوگوں کو یہ بتانا شروع کردیا بلکہ ان لوگوں کو بھی بتایا جن کے کیس ڈیلیوری کے مسائل میں مبتلا نہیں ہوتے تھے یعنی ان کی ڈیلیوری ویسے ہی نارمل ہوتی تھی میں نے ان کو بھی بتانا شروع کردیا اور نتائج بہت مثبت ملنا شروع ہوئے۔

ایک صاحب میرے پاس آئے ان کی فیملی علاج کیلئے مستقل آتی تھی ان کی دو بیٹیوں کی اکٹھی شادی ہوئی اور اللہ پاک نے انہیں پہلے مہینے ہی دونوں کو ثمر بار کردیا مجھ سے فرمانے لگے کوئی احتیاط بیٹیوں کیلئے تو میں نے انہیں بتایا کہ جتنا زیادہ حاملہ خواتین کام کاج کریگی' محنت کریگی' بھاگ دوڑ کریگی' اتنا زیادہ اس کا حمل محفوظ ہوگا' آج کل جو برا رواج ہے جسے حاملہ کیلئے بیڈ ریسٹ کہتے ہیں جو سب سے خطرناک رواج ہے جس سے اکثر آپریشن ہوتے ہیں' چربی بڑھ جاتی ہے' وین کا منہ بند ہوجاتا ہے اور بہت سے مسائل ہائی بلڈ پریشر کولیسٹرول اور چربی اور اس طرح کے اور مسائل بہت زیادہ ہوجاتے ہیں ہمارے دور میں خواتین گھر کا کام بھی کرتی تھیں' چکی بھی چلاتی تھیں' کپڑے بھی دھوتی تھیں اور بڑے بڑے گھر کے صحن کے جھاڑو بھی دیتی تھیں اور نارمل ڈیلیوری گھروں میں ہوتی تھی اور آج نارمل ڈیلیوری نہ ہونے کی بنیادی وجہ کام کاج اور مشقت سے گریز ہے اور دوسرا انہیں یہ مشورہ دیا کہ دس قطرے بادام روغن انہیں دودھ میں روزانہ پلانا شروع کردیں رات سوتے وقت ایک تو حاملہ کی جو قبض ہوتی ہے وہ نہیں ہوتی۔ دوسرا جی کا متلانا' طبیعت کی گھبراہٹ' اعصاب کا کھچاؤ' ٹانگوں میں درد وہ بھی نہیں ہوگا۔ انہوں نے ایسا کرنا شروع کردیا' ان کی فیملی میں اکثر لیڈی ڈاکٹر تھیں وہ اس چھوٹے سے ٹوٹکے سے حیران ہوئے اس سے کیا ہوگا اس کو تو آئرن فولاد اس قسم کی چیزیں دینی چاہئیں چونکہ اس ساری فیملی کو مجھ پر اعتماد تھا انہوں نے اور کچھ نہ دیا اور یہ ٹوٹکہ استعمال کرنا شروع کردیا اس فیملی میں پانچ خواتین حاملہ تھیں حیرت انگیز بات یہ ہے کہ ان میں دو بیٹیاں نارمل ڈیلیوری سے ہوئیں ایک خاتون جبکہ دو کو آپریشن کروانا پڑا اور وہ صاحب مجھ سے خود کہنے کہ ہمارے ہاں اکثر آپریشن کا رواج ہے ویسے بھی ماڈرن معاشرے میں ڈیلیوری کیلئے آپریشن ایک رواج کی شکل اختیار کرگیا ہے۔ کہنے لگے اب اس چھوٹے سے ٹوٹکے پر اتنا اعتماد ہے کہ واقعی مجھے بچے خوبصورت تندرست صحت مند اور جب ڈیلیوری کے وقت بچوں کو تولا گیا تو عام بچوں سے ان بچوں کے وزن بہت بڑھے ہوئے تھے خود ڈاکٹر حیران ہوگئے اور جب ہم نے ڈاکٹرز اور لیڈی ڈاکٹرز کو یہ فارمولہ بتایا تو وہ حیران ہوئے کہ ہم نے بادام روغن کو کچھ بھی نہیں سمجھا تھا۔

قارئین! یہ ایک واقعہ نہیں اس طرح کے اور واقعات ہیں جو مجھے آج بیٹھے بٹھائے یاد آئے اور یہ امانت سمجھ کر عبقری کے قارئین تک پہنچانا چاہتا ہوں کہیں یہ امانت میں اپنے سینے میں لیکر قبر میں نہ چلا جاؤں۔ یقین جانیے بادام روغن کے دس قطرے دودھ میں ملا کر جس کو بھی استعمال کرنے کا مشورہ دیا چوتھے یا پانچویں' بعض نے ساتویں' بعض نے آٹھویں مہینے کے بعد استعمال کیا لیکن اکثر نے چوتھے مہینے کے بعد جب بھی استعمال کرنا شروع کیا صحت مند بچہ اور صحت مند ماں یہ دونوں ان دس قطروں کے رزلٹ سے ہے۔ ابھی سال دو سال پہلے کی بات ہے کہ یورپ کی ایک فیملی میرے پاس علاج کیلئے آئی گزشتہ بیالیس سال سے وہ یورپ میں مقیم ہیں جب علاج کیلئے آئے تو کہنے لگے کہ کوئی ایسی دوائی یا دم دیدیں جس سے ہمارے بچے نارمل ہوں اکثر ہماری خواتین کو ڈیلیوری کیلئے آپریشن کروانا پڑتا ہے میں نے انہیں کہا یہ کوئی مسئلہ نہیں آپ بادام روغن اپنا نکلوالیں اور یہ ساتھ لے جائیں اور دس قطرے پلانا شروع کردیں انہوں نے یہ کام شروع کیا کچھ عرصے کے بعد ان کا فون آیا کہ اب تک ہمارے دو کیس نارمل ہوئے ہیں اور وہاں کے انگریز بہت بڑے سرجن کو ہم نے جب بتایا اور حیران ہوا اور اس نے فوراً اپنے اسسٹنٹ کو بادام کی ویب سائٹ کھولنے کا کہا اور جب اس نے ویب سائٹ کھولی اور بادام روغن کے فوائد دیکھے تو کہنے لگا واقعی اس کے فوائد ہیں اور اس نے باقاعدہ اس کا انتظام کیا کہ اپنا ایک سرکولیشن جاری کیا ایک نوٹس جاری کیا کہ بڑے بڑے ہسپتالوں میں حاملہ خواتین جب اپنے حمل کو ٹیسٹ کروانے آتی ہیں تو ان کو باقاعدہ حکم دیا جائے کہ وہ بادام روغن استعمال کریں (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

آپ کی منیجر بالکل درست کہتی ہے کہ آپ اپنی روش سے باز آجایئے کیونکہ کسی ہم جنس سے اس حد تک محبت کرنا قطعی مناسب نہیں۔ آپ کیلئے ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ کو چاہے کہ آپ اپنا تبادلہ کروالیں یا اس ملازمت کو چھوڑ کر کسی اور جگہ ملازمت کرلیں

جدھر دیکھوں تو ہی تو ہے

میری عمر 19 سال ہے اور میں ایک پراجیکٹ پر کام کررہی ہوں جہاں میرے ساتھ خواتین ہی کام کررہی ہیں' وہاں ہماری ایک نئی منیجر جس کی عمر 24 سال ہے مجھے بہت اچھی لگنے لگی ہے' میں اس کا ہر کام کرنے لگی محض اس لیے کہ وہ میرے ساتھ میری نظروں کے سامنے رہے۔ ایک دن میں نے عید کا تحفہ خریدا اور ایک خط لکھ کر اس میں رکھ دیا اس خط میں میں نے اس سے اپنی والہانہ محبت کا اظہار کیا تھا۔ دوسرے دن وہ آئی تو بہت غصے میں تھی پھر اس نے مجھے پیار سے سمجھایا کہ تم ایسی حرکتیں مت کرو۔ تم ابھی بہت چھوٹی ہو مگر میں اپنے دل کا کیا کروں جو کسی طور مانتا ہی نہیں۔ میں تو اس سے ایسی محبت کرتی ہوں جیسی ماں اپنے بچے سے' ایک بہن اپنے بھائی اور ایک پجاری اپنے دیوتا سے کرتا ہے۔ خدا کے بعد اگر سجدہ جائز ہوتا تو میں اسے ضرور کرتی۔ صبح جب میری آنکھ کھلتی ہے تو میں اس کی تصویر خیالوں میں دیکھتی ہوں وہ مجھے کہتی کہ تم پاگل ہو' سیدھی ہوجاؤ۔ آپ بتایئے کہ میں کیا کروں؟ اسے کیسے اپنا بناؤں۔ میں اچھی شکل وصورت کی لڑکی ہوں اور کئی لڑکے مجھے پسند کرتے ہیں مگر میں اس لڑکی کے سوا کسی سے محبت نہیں کرتی اور نہ پسند کرسکتی ہوں۔ **(زبیدہ' راولپنڈی)**

مشورہ: آپ کی منیجر بالکل درست کہتی ہے کہ آپ اپنی روش سے باز آجایئے کیونکہ کسی ہم جنس سے اس حد تک محبت کرنا قطعی مناسب نہیں۔ آپ کیلئے ہمارا مشورہ یہ ہے کہ آپ کو چاہے کہ آپ اپنا تبادلہ کروالیں یا اس ملازمت کو چھوڑ کر کسی اور جگہ ملازمت کرلیں ورنہ ذہنی ابتری کی شکار ہوجائیں گی کیونکہ کسی بھی چیز کی زیادتی نقصان دہ ہوتی ہے کسی کو پسند کرنا اور محبت کرنا الگ بات ہے لیکن اس محبت میں اس حد تک آگے بڑھ جانا کہ جدھر دیکھتا ہوں تو ہی تو ہے والی کیفیت طاری ہوجائے یہ اچھا شگون نہیں ہے۔

پہلے علاج کروائیں

میرا ایک چھوٹا بھائی دو سال قبل ڈیپریشن کا شکار ہوگیا' میں اس کو پیروں' فقیروں کے پاس لے گیا' تعویذ وغیرہ سے علاج کرایا مگر کوئی فرق نہیں پڑا اس کے بعد اسے مینٹل ہسپتال میں داخل کرادیا مگر پھر بھی وہ اچھا نہیں ہوا' کچھ لوگوں نے مشورہ دیا کہ اس کی شادی کردو' اس نے بھی شادی کی خواہش ظاہر کی مگر یہ بات میرے بس میں نہیں کیونکہ وہ جس جگہ رشتہ چاہتا ہے' وہاں شادی ہونا ممکن نہیں ہے' میں نے جس لڑکی سے شادی کی بات طے کی وہ اس جگہ شادی نہیں کرنا چاہتا' کبھی کہتا ہے کہ اچھا ٹھیک ہے اگر یہ لوگ راضی ہیں تو میں شادی کرلیتا ہوں میری سمجھ اس کی کوئی بات نہیں آرہی۔ **(ط۔ظ۔ملتان)**

مشورہ: آپ نے اپنا نام تک نہیں لکھا' اگر اصل نام شائع نہیں کروانا چاہتے تھے تو آپ کوئی بھی فرضی نام لکھ دیتے بہرحال جہاں تک بھائی کی شادی کا تعلق ہے تو ہم آپ کو صرف یہ مشورہ دیں گے کہ آپ فی الحال اپنے بھائی کے دماغ کا علاج کرایئے اور کسی نفسیاتی کلینک سے رجوع کریں۔ ملتان میں بھی یقیناً کسی بڑے ہسپتال میں یہ سہولت ضرور ہوگی اگر نہ ہو تو پھر لاہور یا کراچی کے ماہرین نفسیات سے رجوع کریں' جب بھائی ذہنی طور پر بالکل نارمل ہوجائے تب اس کی شادی کا سوچیے گا ورنہ خواہ مخواہ کسی لڑکی کی زندگی خراب ہوگی۔

میڈیکل میں آتے ہی......!

میری عمر اکیس سال ہے اور میڈیکل سٹوڈنٹ ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ مجھ میں خوداعتمادی کی کمی ہے۔ بہت جلد گھبرا جاتی ہوں۔ ہر بار خود میں ول پاور پیدا کرنے کی کوشش کی مگر ناکام رہی۔ امتحان میں اتنی نروس ہوجاتی ہوں کہ باقاعدہ ٹانگیں کانپنے لگتی ہیں اور زبانی امتحان کے دوران میری زبان میرا ساتھ نہیں دیتی۔ اس وجہ سے میرے نمبر بہت کم آتے ہیں۔ میں نے انٹر تک ہمیشہ گریڈ ون حاصل کیا ہے مگر جب سے میڈیکل جوائن کیا ہے تب سے یکسوئی سے پڑھائی نہیں کی جاتی۔ میں بہترین ڈاکٹر بننا چاہتی ہوں میرا ارادہ پڑھائی کیلئے باہر جانے کا بھی ہے۔ میں اکثر روتی ہوں کہ یہ میرے ساتھ ہی کیوں ہورہا ہے؟ حالانکہ میری دوسری تمام بہنوں میں بہت اعتماد ہے۔ اکثر لوگ مجھے کہتے ہیں کہ تم بہت جلد گھبرا جاتی ہو۔ پڑھائی کیلئے کتاب کھولتی ہوں تو پڑھا نہیں جاتا مختلف قسم کے خیالات آتے رہتے ہیں۔ **(علیشاہ خان' ایبٹ آباد)**

مشورہ: آپ مستقبل کی ڈاکٹر ہیں اور الحمدللہ آپ بہت اچھی ڈاکٹر ثابت بھی ہوں گی اب جہاں تک خوداعتمادی کی کمی کا تعلق ہے تو اس کیلئے سب سے پہلے تو آپ یہ سوچنا چھوڑ دیجئے کہ آپ نروس ہوجاتی ہیں' گھبرا جاتی ہیں اور آپ میں اعتماد کی کمی ہے۔ آپ نے لکھا ہے کہ انٹر تک آپ بہترین طالب علم تھیں مگر میڈیکل میں آتے ہی اعتماد ختم ہوگیا اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ لاشعوری طور پر آپ کے ذہن پر یہ احساس حاوی ہوگیا ہے کہ میڈیکل کی پڑھائی بہت مشکل ہے' اسی لیے کتاب ہاتھ میں لیتے ہی پڑھائی سے دل اچاٹ ہوجاتا ہے۔ اسی طرح کلاس میں بھی آپ اسی لیے گھبرا جاتی ہیں اس خوف پر قابو پانے کیلئے پہلی ترکیب تو یہ کریں کہ بار بار ذہن میں دہراتی رہیں کہ مجھے میڈیکل میں اچھے نمبروں سے پاس ہونا ہے اور میں بھی دوسرے طالبعلموں کی طرح پراعتماد ہوں۔ رات کو سوتے وقت پانچ سات منٹ تک خود اکتسابی کی یہ مشق ضرور کریں اس سے بہت جلد خاطر خواہ فائدہ ہوگا اس کے علاوہ آپ تمام گھریلو اور نجی مصروفیات ترک کرکے دن اور رات کا زیادہ وقت پڑھنے میں صرف کریں۔ شروع شروع میں خیالات پریشان کریں گے مگر آپ ان پر توجہ نہ دیں۔ ایک ایک صفحے کو کئی بار پڑھیں اور پھر کتاب بند کرکے جو کچھ پڑھا ہے اسے اپنے ذہن میں دہرائیں اور اس وقت تک اس مضمون یا صفحے کو پڑھتی رہیں جب تک اس کا مفہوم آپ کے ذہن میں پوری طرح واضح نہ ہوجائے۔ اس ترکیب پر مسلسل عمل کرتی رہئے کچھ ہی عرصے بعد آپ کو اپنا مسئلہ خود حل ہوتا نظر آجائے گا۔

آسان وظائف مگر تیر بہدف اور آزمودہ

ساجدہ شاہین، جہانیاں

دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھیں۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سلام پھیر کر ایک سانس میں جتنی بار ممکن ہو یا ھادی کا ورد کریں۔ سانس ٹوٹنے کے بعد سجدے میں جا کر اپنی حاجت پیش کریں

سورۃ الاخلاص کا مجرب عمل

باوضو قبلہ رخ بیٹھ کر ایک ہزار ایک مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھیں پہلی مرتبہ پڑھنے سے پہلے پوری بسم اللہ پڑھیں پھر باقی بغیر بسم اللہ کے پڑھیں، عمل کے اول آخر سات سات مرتبہ درود شریف پڑھ لیں آخر میں اپنے مطلب کیلئے دعا کریں بہت طاقتور عمل ہے۔ بعض نے اس کو ''اسم اعظم'' قرار دیا ہے۔

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کا مجرب عمل

اول و آخر سات سات مرتبہ درود شریف جائے نماز پر قبلے کی طرف منہ کر کے بیٹھیں۔ 1000 مرتبہ پوری بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ پڑھ کر پھر دو رکعت نماز پڑھیں۔ پھر اپنی حاجت کیلئے دعا کریں۔ اس طرح یہ عمل بارہ مرتبہ دہرائیں اس طرح کل بارہ ہزار بار بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کی تلاوت ہوگی اور بارہ مرتبہ دو رکعت نماز اور بارہ مرتبہ دعا ہوگی اور دعا میں ہر بار ایک حاجت یا دو تین حاجتیں پیش کریں اس سے زیادہ نہیں۔ یہ عمل بے حد مؤثر اور مفید ہے۔ ناجائز کاموں اور نہ ہی مکروہ اور فضول کاموں کیلئے ہرگز نہ کریں۔

یَاهَادِیُ کا مجرب عمل

دو رکعت صلوٰۃ الحاجت پڑھیں۔ پہلی رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص پڑھیں پھر سلام پھیر کر ایک سانس میں جتنی بار ممکن ہو **یَاهَادِیُ** کا ورد کریں۔ سانس ٹوٹنے کے بعد سجدے میں جا کر اپنی حاجت پیش کریں۔ انشاء اللہ مراد ضرور پوری ہوگی۔ اول و آخر درود شریف سات سات مرتبہ ضرور پڑھیں۔

جب ظاہری تدبیر کارگر نہ رہے

جب کوئی ظاہری تدبیر کارگر نہ رہے تو نماز تہجد کے بعد ایک سو ایک بار یہ آیت شریف خشوع وخضوع کے ساتھ پڑھیں۔

اِنَّ اللّٰهَ لَقَوِیٌّ عَزِیْزٌ (حج 40)

ہر قسم کی بیماری سے نجات

ہر قسم کی بیماری کیلئے روزانہ فجر کی نماز کے بعد 21 دن باوضو حالت میں 21 مرتبہ آیت کریمہ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ پڑھ کر پانی پر دم کر کے مریض کو پلائیں انشاء اللہ بہت جلد مرض میں افاقہ ہوگا

مشکل کا آخری حل

ایسی مشکل جو اچانک آن پڑی ہو اور اس کے حل کا کوئی امکان نظر نہ آتا ہو تو چاہیے کہ نماز عشاء کے بعد قبلہ رخ ہو کر بیٹھے اور پہلے 41 مرتبہ درود شریف پڑھے پھر سجدے میں سر رکھ کر 21 مرتبہ آیت کریمہ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ پڑھے اس کے بعد اپنی مشکل کیلئے دعا کرے بفضل باری تعالیٰ بہت جلد مشکل آسان ہوگی جب تک کام نہ بنے پڑھتا رہے۔

حاجت پوری کرنے کیلئے

جائز ہر طرح کی حاجت کیلئے روزانہ نماز عشاء کے بعد قبلہ رخ بیٹھ کر ستر مرتبہ یہ پڑھے یَاحَیُّ یَاقَیُّوْمُ بِحَقِّ لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحَانَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ ہر ایک بار پڑھنے کے بعد بارگاہ الٰہی میں اپنا مطلب بیان کریں اس طرح ستر مرتبہ پڑھے 40 روز پڑھے۔ اول و آخر درود پاک ضرور پڑھے۔

آنکھوں کی پھنسیاں دور کرنے کا کامیاب ٹوٹکہ

میری بیٹی اور چھوٹے بیٹے کی آنکھوں میں ہر سال پھنسی نکلتی تھی۔ آنکھ میں پھنسی کا نکلنا بڑا تکلیف دہ مرحلہ ہوتا ہے۔ میں نے اپنے بچوں کا ہر جگہ سے علاج کروایا لیکن بچوں کی آنکھوں میں آرام نہیں آیا۔ ایک دن میں چھٹیوں میں راولپنڈی گئی ہوئی تھی میرے بچوں کو ان دنوں بھی آنکھوں میں پھنسیاں نکلی ہوئیں تھیں۔ میری امی نے دیکھا اور کہا کہ یہ بچوں کی آنکھوں کا بیڑا غرق کیا ہوا ہے۔ میں ابھی ایک ٹوٹکہ کرتی ہوں تمام زندگی کبھی بھی پھنسی نہیں نکلے گی۔ **ٹوٹکہ:** لہسن کی سات عدد جوئے لیں پھر ایک جو لیکر چھیل کر پھنسی پر سات دفعہ چھونا ہے اور جوئے کو بانس کی جھاڑو کا ایک تیلا لیکر اس میں پرو دینا ہے۔ اس طرح سات جوئے سات سات دفعہ چھو کر تیلے میں پھیرنے ہیں جب ساتوں جوئے تیلے میں پرو دیں تو پھر اس تیلے کو چھت پر ایسی جگہ پھینکنا ہے جہاں پر دھوپ زیادہ آتی ہو اور کوئی اس کو اٹھا نہ سکے۔ جوں جوں جوئے خشک ہوں گے اسی طرح آنکھوں کی پھنسی ختم ہو جائیگی اور تمام عمر آنکھوں میں پھنسی نہیں نکلے گی۔ واقعی جب یہ ٹوٹکہ کیا تو میرے بچوں کی آنکھوں کی پھنسیاں ختم ہوگئیں اور دوبارہ نہیں نکلیں۔ یہ آزمایا ہوا نسخہ ہے۔ **(ناصرہ پروین)**

حیاء ایمان کی شاخ

اللہ تعالیٰ کے احکامات اور اس کے رسول حضور نبی کریم ﷺ کی تعلیمات کی روشنی میں

اے نبی (ﷺ) مومن مردوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں۔ (النور 30) اے نبی مومن عورتوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نظریں بچا کر رکھیں اور اپنی شرم گاہوں کی حفاظت کریں اور بناؤ سنگھار نہ دکھائیں بجز اس کے جو خود ظاہر ہو جائے اور اپنی سینوں پر اپنی اوڑھنیوں کے آنچل ڈالے رکھیں۔ (النور 31) ☆اے نبی! (ﷺ) اپنی بیویوں، بیٹیوں اور اہل ایمان کی عورتوں سے کہہ دیں کہ اپنے اوپر اپنی چادروں کے پلو لٹکا لیا کریں۔ (الاحزاب 59) ☆شیطان تمہیں تنگدستی سے ڈراتا اور بے حیائی کی راہ سمجھاتا ہے۔ (البقرہ 267) ☆اور بے حیائی کے جتنے طریقے ہیں ان کے پاس بھی مت جاؤ، خواہ وہ اعلانیہ ہوں یا پوشیدہ ہوں۔ (الانعام 151) ☆حیاء ایمان کی ایک شاخ ہے اور ایمان کا مقام جنت ہے اور بے حیائی و بے شرمی بدی میں سے ہے اور بدی کا مقام دوزخ ہے بے حیائی جس چیز میں بھی ہوتی ہے اسے عیب دار بنا دیتی ہے اور حیاء جس شے میں بھی ہوتی ہے اسے زینت دیتی ہے۔

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرمایا کرتی تھیں کہ جب سورۃ النور کی آیت نازل ہوئی ترجمہ: اور اپنے سینوں اور اپنی اوڑھنیوں کے آنچل ڈالے رکھیں تو (مہاجر خواتین نے) اپنے تہہ بند لیے اور انہیں کناروں کی طرف سے پھاڑ کر ان سے اپنے سینوں کو ڈھانپ لیا۔ ☆حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کی بھتیجی حفصہ بنت عبدالرحمان ام المومنین حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے پاس آئیں اور وہ باریک اوڑھنی اوڑھے ہوئے تھیں حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے اس باریک اوڑھنی کو پھاڑ ڈالا اور حفصہ کو ایک موٹی اوڑھنی اوڑھا دی۔ ☆حضرت ابوہریرہؓ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ وہ عورتیں جو لباس پہنیں (مگر اتنا باریک یا ناکافی لباس پہنیں کہ پہن کر بھی گویا) عریاں ہیں، خود بھی حق سے ہٹیں ہوئی ہیں اور (خاندوں یا دوسرے لوگوں کو بھی) حق سے ہٹاتی ہیں (یا خود دوسروں پر مائل ہوتی ہیں اور اپنے ناز و انداز سے دوسروں کو اپنی طرف مائل کرتی ہیں) وہ جنت میں داخل نہیں ہوں گی اور اس کی خوشبو بھی نہیں پائیں گی حالانکہ جنت کی خوشبو پانچ سو برس کی مسافت سے آتی ہے۔ **(صفحہ 152)**

(مزید ایسے اصلاحی اور روحانی واقعات حاصل کرنے کیلئے ''معرفت کے متلاشی'' کتاب کا مطالعہ کریں'')

بچوں کا صفحہ

مل جل کر رہنے میں فائدہ

مصباح حیات' لاہور

رات ہوتے ہی اس نے درخت پر چڑھ کر طوطے کے گھونسلے میں ہاتھ ڈالا' طوطا جاگ رہا تھا وہ انسان کی بو سے سمجھ گیا کہ نعیم کے سوا اور کوئی نہیں ہے اس نے نعیم کے ہاتھ پر زور سے کاٹا اور چلانے لگا تا کہ چڑیا بھی ہوشیار ہوجائے

نعیم کے گھر کے پیچھے ایک باغیچہ تھا وہاں ایک درخت کی شاخ پر دو پرندوں کے گھونسلے تھے۔ ایک چڑیا کا دوسرا طوطے کا۔ یہ چڑیا اور طوطا پاس پاس رہتے تھے مگر دونوں میں زیادہ جان پہچان نہیں تھی۔ ایک دن طوطے نے دیکھا کہ چڑیا اپنے گھونسلے میں بیٹھی رو رہی ہے کچھ دیر تک تو وہ اس کے رونے کی آواز سنتا رہا۔ آخر جب اس سے رہا نہ گیا تو وہ چڑیا کے گھونسلے کے پاس گیا اور بولا۔

بہن......! کیا بات ہے کیوں رو رہی ہو' کیا میں تمہاری مدد کرسکتا ہوں؟

چڑیا نے کہا بھائی......! کیا بتاؤں میرے گھونسلے سے کوئی میرا بچہ اٹھا کرلے گیا ہے۔

طوطا بولا یہاں سے کون لے جاسکتا ہے اتنے برس ہوگئے ہیں یہاں رہتے ہوئے مگر آج تک ایسا نہ ہوا۔ طوطا اپنے گھونسلے میں چلا گیا لیکن چڑیا کو طوطے کی یہ بات بری لگی اور وہ دل میں بڑبڑانے لگی اور چڑے کا انتظار کرنے لگی جو بچہ ڈھونڈنے گیا تھا۔ دوسرے دن چڑیا نے دیکھا طوطا اپنے گھونسلے میں بیٹھا رو رہا ہے چڑیا اڑ کر طوطے کے پاس گئی طوطے بھائی کیا ہوا' کیوں رو رہے ہو؟

طوطے نے کہا......! بہن......! آج کوئی میرا بچہ اٹھا کرلے گیا ہے۔

چڑیا بولی......! بھائی گھبراؤ مت اس کے پر آئے ہیں کہیں اڑ گیا ہوگا' چڑیا اپنے گھونسلے میں جابیٹھی طوطے کو بہت برا لگا' مگر کیا کرتا کل اس نے بھی چڑیا کے ساتھ ایسا ہی برتاؤ کیا تھا۔ اس حادثے کو گزرے بہت دن ہوگئے' چڑیا اور طوطے کے یہاں انڈوں سے بچے نکل آئے۔

ایک دن چڑیا اپنے گھونسلے میں اپنے بچے کو پیار کررہی تھی' طوطے نے چڑیا کے گھونسلے کے پاس جاکر اسے آواز دی۔

چڑیا بہن...... چڑیا بہن............! چڑیا بہت خوش ہوئی اور باہر آکر کہا......آؤ طوطے بھائی بیٹھو......آج ہماری یاد کیسے آگئی......؟

طوطے نے کہا......! یہاں آس پاس ایک لڑکا نعیم رہتا ہے وہی ہمارے بچے چراتا ہے' میں نے اسے آتے جاتے اور چکر لگاتے ہوئے دیکھا ہے اس لیے پریشان ہوں۔ چڑیا بھی پریشان ہوگئی پھر دونوں نے سوچا کہ جگہ بدل دیں مگر اتنے برسوں سے وہاں رہ رہے تھے اس لیے خواہش کے باوجود وہ جگہ نہ بدل سکے۔ آخر دونوں نے فیصلہ کیا کہ جب چڑیا بچوں کیلئے دانہ لینے جائے تب طوطا دونوں گھونسلوں کی حفاظت کرے گا اور جب طوطا دانے کی تلاش میں جائے گا تب چڑیا دونوں گھونسلوں کی حفاظت کریگی۔ نعیم نے جب یہ دیکھا کہ دن میں طوطے اور چڑیا دونوں میں سے ایک نہ ایک ضرور بیٹھا رہتا ہے تو فیصلہ کیا کہ وہ بچے چرانے کا کام رات میں کرے گا۔

رات ہوتے ہی اس نے درخت پر چڑھ کر طوطے کے گھونسلے میں ہاتھ ڈالا' طوطا جاگ رہا تھا وہ انسان کی بو سے سمجھ گیا کہ نعیم کے سوا اور کوئی نہیں ہے اس نے نعیم کے ہاتھ پر زور سے کاٹا اور چلانے لگا تا کہ چڑیا بھی ہوشیار ہوجائے۔ نعیم کو بڑا غصہ آیا مگر کیا کرتا اس کے ہاتھ سے خون بہنے لگا' وہ درخت سے نیچے اتر گیا اور گھر کی طرف چل دیا۔

دوسرے دن صبح چڑیا نے طوطے سے پوچھا ''تم رات کو کیوں چلا رہے تھے؟'' طوطے نے ساری بات بتادی۔ دونوں بڑے غمگین ہوئے' اسی غم میں اس دن انہوں نے کچھ کھایا پیا بھی نہیں اور جب شام ہوگئی تو پھر رونے لگے۔ طوطے اور چڑیا کی رونے کی آوازیں سن کر اُسی درخت پر رہنے والی چمگادڑ کی نیند اچاٹ ہوگئی۔

اس نے پوچھا......! کیوں دوستو......! کیوں رو رہے ہو؟؟؟

تمہارا تو سونے کا وقت ہوچکا ہے۔

ہم اس لیے رو رہے ہیں............! طوطے اور چڑیا نے ساری بات بتادی۔

چمگادڑ نے تسلی دیتے ہوئے کہا گھبراؤ مت میں تمہاری مدد کروں گی لیکن تمہیں بھی میری مدد کرنی ہوگی' بولو تیار ہو؟ چڑیا اور طوطا فوراً راضی ہوگئے تب چمگادڑ نے بتایا وہ شرارتی لڑکا مجھے بھی تنگ کرتا ہے میں دن میں جب الٹا لٹک کر سوتی ہوں تو وہ پتھر مارتا ہے چمگادڑ نے اپنے زخم دکھائے پھر کہا کہ میں رات میں تمہاری حفاظت کروں گی اور دن میں تم میری حفاظت کرنا۔

طوطے اور چڑیا نے چمگادڑ کا شکریہ ادا کیا اور مطمئن ہوکر سوگئے لیکن ابھی رات کے نو ہی بجے ہونگے کہ نعیم بڑی آہستگی سے باغ میں داخل ہوا اور درخت پر چڑھنے لگا۔ طوطے اور چڑیا کی آنکھ کھل گئی چمگادڑ نعیم کی حرکتیں دور سے دیکھ رہی تھی آج نعیم اپنے ساتھ ڈنڈا لایا تھا کہ طوطے کی مرمت کرسکے جس نے اسے کاٹ کھایا تھا لیکن وہ ابھی طوطے پر ڈنڈا چلا بھی نہیں پایا تھا کہ چمگادڑ اس کی ناک پر چپک گئی' نعیم زور زور سے چلانے لگا۔

مگر وہاں کون تھا جو اس کی سنتا۔ نعیم جیسے تیسے درخت سے نیچے اترا اور گھر کی راہ لی۔ طوطا اور چڑیا اپنے اپنے گھونسلوں میں بیٹھے یہ تماشا دیکھ رہے تھے۔ تھوڑی دیر بعد چمگادڑ لوٹ آئی اس نے بتایا کہ نعیم کے گھر والوں کی آنکھ کھل گئی اور اتنی رات گئے باہر جانے پر نعیم کو خوب سزا بھی ملی۔ چمگادڑ نے طوطے اور چڑیا کو خوشی سے تسلی دیتے ہوئے کہا......! اب وہ ہماری طرف رخ بھی نہیں کرے گا۔ **مل جل** کر رہنے میں فائدہ ہی فائدہ ہے۔

بچو......! اگر ہم بھی ان پرندوں کی طرح **مل جل** کر رہیں تو ہم بھی فائدہ حاصل کرسکتے ہیں اور ہر پریشانی سے بچ سکتے ہیں۔

اور دیکھا بچو......! دوسرا فائدہ **مل جل** کر رہنے کا یہ بھی ہوگا کہ جو بچے ابھی چھوٹے ہیں وہ جب بڑوں کو ایک دوسرے کے دکھ درد میں ساتھی بنتا دیکھیں گے تو وہ بھی بڑے ہوکر آپس میں یہی معاملہ کریں گے' ہم بھی طے کرلیں کہ ایک دوسرے کے کام آئیں گے **مل جل** کر رہیں گے اس سے کسی تیسرے شخص کو ہمیں نقصان پہنچانے کی ہمت نہیں ہوگی اور بچو آپس میں **مل جل** کر رہنے کا ایک کامیاب طریقہ یہ بھی ہے کہ چھوٹی چھوٹی اور معمولی باتوں پر ایک دوسرے سے ناراض نہ ہوا جائے بلکہ بات صاف کرکے دل صاف کرلیا جائے ایک دوسرے کی شکایتیں نہ لگائی جائیں نہ ہی یہ ارادہ کیا جائے کہ بدلہ لوں گا۔

چوڑیوں کی چھنک اور جنات کی آمد

مہرین، پشاور

شادی کے بعد سے بھابی کی عادت تھی شام 4 بجے روز میرے کمرے میں آتی تھی مجھے اس کی چوڑیوں سے پتہ چل جاتا کہ وہ آرہی ہیں۔ایک دن گھر میں میں اکیلی تھی۔ بھابی بھی میکے گئی ہوئی تھی 4 بجے اس کے کمرے سے چوڑیوں کی آواز آنے لگی

4-5 سال کی عمر میں مجھے ایک خواب آتا تھا کہ ایک لڑکا میرے پیچھے بھاگ رہا ہے اور میں اس سے ڈر کر بھاگ رہی ہوں حالانکہ وہ مجھے کوئی نقصان نہیں پہنچاتا۔ یہ خواب کافی عرصہ آتا رہا۔امی ایک عورت کے پاس لے گئیں انہوں نے آیۃ الکرسی پڑھنے کو کہی پھر وہ خواب تو بند ہوگیا مگر سچے خوابوں کا ایک سلسلہ شروع ہوگیا جو اب تک جاری ہے جو اشارہ خواب میں آتا ہے پھر ویسا ہی ہوتا ہے جیسے کہ کسی کی میت‘ بیماری‘ کوئی آنے والی مصیبت۔10 سال کی عمر میں ایک رات آندھی کی وجہ سے سیڑھیوں میں پڑا بہت بڑا شیشہ ٹوٹ گیا مجھے معلوم نہیں تھا اور میں اندھیرے میں ان شیشوں پر سے بغیر کسی تکلیف کے گزر گئی۔میری امی حیران ہوکر کھڑی یہ سب دیکھ رہی تھیں مجھے نہیں پتا یہ کیسے ہوا۔

ایک دن یونیورسٹی سے واپسی پر میری طبیعت بہت خراب تھی‘ میں بس کا انتظار کررہی تھی مگر کوئی بس نہیں رکتی تھی رش کی وجہ سے۔اچانک ایک بچہ جس نے سبز لمبی قمیض پہن رکھی تھی وہ ایک بس کے سامنے آکر کھڑا ہوگیا۔بس رک گئی اس نے مجھے بس میں چڑھنے کا اشارہ کیا جب بیٹھنے کے بعد میں نے دیکھا تو وہاں کوئی نہیں تھا۔پتا نہیں وہ بچہ کہاں سے آیا اور کہاں گیا۔

جس دن میں انٹری ٹیسٹ دے کر واپس اکیلی رکشے میں گھر جارہی تھی تو رکشے والے نے مجھے کہا تمہارا داخلہ میڈیکل میں ضرور ہوگا مگر اس داخلے کیلئے بہت مشکلات آئیں گی میں تمہیں جو پڑھنے کیلئے دے رہا ہوں وہ ضرور پڑھنا اور زندگی میں جب بھی کوئی مصیبت پڑے تو یہ پڑھنا۔(رات کو 2 بجے تہجد اور پھر 6 رکعت نفل) اس کی بات سچ ثابت ہوئی میں نے ٹیسٹ تو پاس کرلیا مگر ابو نے مالی حالت کی وجہ سے میری سیٹ ساڑھے چار لاکھ میں بیچ دی‘ میں یہ عبادت بار بار کرتی رہی 10 دن تک آخر کار سب ٹھیک ہوگیا۔

2008ء میں میرے بھائی کی شادی ہوئی میرا اسٹڈی روم جہاں میں اکثر سوتی بھی تھی وہ بھائی اور بھابی کو دیدیا گیا۔ بھابی کہتی تھیں روز خواب میں دو عورتیں آتی ہیں اور کہتی ہیں کہ تم اس کمرے سے نکل جاؤ یہ ہمارا کمرہ ہے بھابی کا وہاں رہنا محال ہوگیا۔ مجھے حیرت ہوئی کہ مجھے تو کبھی کسی نے اس کمرے سے نہیں نکالا تو اسے کیوں؟؟؟

شادی کے بعد سے بھابی کی عادت تھی شام 4 بجے روز میرے کمرے میں آتی تھی مجھے اس کی چوڑیوں سے پتہ چل جاتا کہ وہ آرہی ہیں۔ایک دن گھر میں میں اکیلی تھی۔ بھابی بھی میکے گئی ہوئی تھی 4 بجے اس کے کمرے سے چوڑیوں کی آواز آنے لگی۔ مجھے پتا تھا کہ بھابی تو گھر میں نہیں ہے میں ڈرتی نہیں اور ویسے ہی بیٹھی رہی۔آواز میرے کمرے کی طرف بڑھی اور آواز تیز ہوگئی۔ میں نے دروازہ نہیں کھولا۔ پھر چوڑیاں زور سے بجنے لگیں اور چاروں طرف سے آواز آنے لگی گویا کوئی بہت غصے میں ہو۔میں نے پھر بھی دروازہ نہیں کھولا۔آخر آواز دور ہوگئی اور پھر ختم۔

اس واقعے کے ایک ہفتہ بعد میں سو رہی تھی سحری کا وقت قریب تھا‘ مجھے لگا میں پانی میں ہوں اور کسی نے مجھے اتنے زور سے پکڑا ہے کہ میں اٹھ نہیں سکتی‘ میری آنکھیں کھلی تھیں مگر میں ہل نہیں سکتی تھی‘ میں نے ٹوٹی پھوٹی آیۃ الکرسی پڑھنا شروع کی۔تھوڑی دیر بعد میں آزاد ہوگئی مجھے لگا خواب تھا مگر دیکھا تو میری قمیض کا پچھلا دامن پانی سے گیلا تھا۔باقی پورا جسم سوکھا تھا۔میں نے گھر والوں کو یہ بات بتائی۔امی مجھے کسی جاننے والے کے پاس لے گئیں میں نے ان کو ساری پچھلی باتیں بتائیں تو وہ شخص مجھ پر ہنسنے لگا۔انہوں نے میری باتوں کا کافی مذاق اڑایا۔اُس دن کے بعد سے اُس رکشے والے کی بتائی ہوئی عبادت کا اثر ختم ہوگیا۔

2010 میں پشاور کے 4 دھماکوں میں میں بال بال بچ گئی کیونکہ میں ہمیشہ گھر سے نکلنے سے پہلے 3 بار آیۃ الکرسی پڑھتی ہوں سب حیران ہوتے ہیں کہ میں اتنے شدید دھماکوں میں کیسے بچ گئی۔

2010ء رمضان میں میں پہلی بار اعتکاف میں بیٹھی۔شام کو جب میں قرآن کی تلاوت کررہی تھی تو میرے ہی کمرے میں اچانک ایک مرد کی آواز آنے لگی جو قرآن کی تلاوت کررہا تھا۔میں ڈر کر بھاگ گئی‘ پھر حوصلہ کرکے واپس کمرے میں آئی تو آواز بند تھی۔سمجھ نہیں آتی یہ سب کیا اور کیوں ہے؟؟؟

خواب کے آداب

حکیم ریاض حسین کھڑوال، میانوالی

نبی پاک ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب ہوجائے۔ اللہ تعالیٰ سے بھلائی کا سوال کرے

1۔اچھے خوابوں کو پسند کرنا اور ان سے خوش ہونا۔2۔بڑوں کا چھوٹے سے خواب معلوم کرنا۔3۔مسجد میں خواب معلوم کرنا۔4۔مسجد میں خواب کی تعبیر دینا۔5۔تعبیر دیتے وقت دعاء ماثورہ کا پڑھنا۔6۔فجر کے بعد خواب کی تعبیر دینا۔7۔خواب کی کسی صالح صاحب الرائے اور اہل تعبیر سے تعبیر لینا۔8۔خواب صالح یا اہل محبت سے ذکر کرنا۔9۔اچھے خواب پر الحمدللہ کہنا۔10۔برے خواب پر تعوذ پڑھنا۔11۔پریشان کن خواب پر نماز پڑھنا۔پریشان کن اور برے خواب کا کسی سے ذکر نہ کرنا۔

ذکر خواب کے آداب: احادیث مبارکہ سے اچھے خواب کے ذکر کے تین آداب معلوم ہوئے۔☆الحمدللہ کہے۔اسے ذکر کرے۔اس کی تعبیر کسی عالم خیرخواہ (واقف فن) سے لے۔

خواب کی تعبیر دیتے اور سنتے وقت کیا پڑھے

حضرت ضحاک جہنی رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ آپ ﷺ نے خواب سننے کے وقت پڑھا: ’’خَیْرٍ تَلْقَاهُ وَشَرٍّ تَوَقَّاهُ وَخَیْرٌ لَنَا وَشَرٌّ لَاَعْدَآئِنَا وَالْحَمْدُلِلّٰهِ رَبِّ الْعَالَمِیْن **(سیرۃ الصحابہ) ترجمہ:** ’’تم کو بھلائی حاصل ہو‘ برائی سے محفوظ رہو‘ بھلائی ہمارے لیے برائی دوسروں کیلئے تعریف اللہ کیلئے جو ہر عالم کا مربی ہے۔‘‘

اچھا خواب دیکھے تو کیا کرے؟: ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی پاک ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب ہوجائے۔اللہ تعالیٰ سے بھلائی کا سوال کرے اس کی برائی سے پناہ مانگے **(ابن ماجہ)** ☆حضرت جابر رضی اللہ عنہ کی روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا: جب تم میں سے کوئی ناپسندیدہ خواب دیکھے تو بائیں جانب تھوک دے اور شیطان سے پناہ مانگے۔**(اعوذ باللہ من الشیطن الرجیم)** پڑھے اور کروٹ بدل لے۔**(ابوداؤد)**

بے اولاد متوجہ ہوں……!

حکیم صاحب پہلے میری اولاد نہیں تھی میں نے بسم اللہ کا وظیفہ کیا اللہ نے مجھے بیٹا دیا ہے۔12 ہزار دفعہ روزانہ 90 دن تک پورا کرنے سے جس طرح کی مشکل ہو اللہ دور کردیتے ہیں۔**(ام عبدالجلیل‘ گجرات)**

قسمت کے کھیل میں پوشیدہ دعا کا کردار

نجانے وہ کونسی قبولیت یا قیامت کی گھڑی تھی آج اس واقعہ کو گزرے 29 سال ہو چکے ہیں لیکن میں ابھی تک ماں کے چہرے کے وہ تاثرات' وہ الفاظ فراموش نہیں کرسکا۔ میری والدہ نے منہ پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہا تھا

میری عمر اس وقت 55 کے لگ بھگ ہے' شادی شدہ اور 5 بچوں کا باپ ہوں' کپڑے کی صنعت کے ایک بہت بڑے گروپ سے وابستہ ہوں' عہدہ بھی اچھا ہے' معاشرے میں بہت سے لوگ میری پوسٹ اور نوکری پر رشک کرتے ہیں۔ لیکن شاید ہی کسی کو معلوم ہے کہ میری آمدنی انتہائی قلیل ہے۔ میں نے اس گروپ میں جس عہدے اور سیٹ پر کام شروع کیا تھا بیس سال گزرنے کے باوجود میں وہیں کا وہیں ہوں۔ میری تعلیم ایم اے ہے۔ قابلیت کی بھی کمی نہیں' صحت بھی اب تک قابل رشک ہے' اللہ نے بے شمار خوبیوں سے نوازا' میرا مطالعہ بھی خوب ہے۔ اپنے وقت کے معروف ڈیزائنر سے تعریف کی سند تحریری طور پر مجھے ملی ہوئی ہے لیکن ان سب کے باوجود میرے مال میں برکت نہیں۔ میری قابلیت کو اللہ کی طرف سے شرف قبولیت نہیں ہوسکی اس کی وجہ جہاں تک میں جان سکا ہوں ''ماں کی بددعا'' ہے۔ میری ماں غصے کی بہت تیز تھیں۔ میں نے جب سے ہوش سنبھالا انہیں غصے میں والد صاحب سے لڑتے ہوئے ہی پایا۔ مجھے یاد نہیں پڑتا کہ کبھی انہوں نے مجھے پیار سے بلایا ہو یا کبھی ہمیں دعا سے نوازا ہو۔ لہٰذا رفتہ رفتہ ہم ان سے دور ہوتے چلے گئے۔ میں زیادہ تر وقت گھر سے باہر دوستوں میں گزارنے لگا۔ رفتہ رفتہ گھر سونے اور کھانے کا ٹھکانہ بن گیا۔ والدہ سے جھگڑا' بیزاری آہستہ آہستہ ہمارا معمول بن گیا۔

شاید یہ گھر سے فرار کی ایک کوشش تھی کہ بچپن ہی سے میں نے اپنے دل میں یہ ٹھان لی کہ میں نے اس ملک میں نہیں رہنا اور میں باہر ملک چلا جاؤں گا۔ میں نے صرف 22 سال کی عمر میں اپنا پاسپورٹ بنوالیا۔ ایک جاننے والا واقف کار مل گیا۔ اس نے کہا میں تمہیں انگلینڈ لے جاؤں گا۔ وہاں پر واقعی اس کا کاروبار تھا۔ میں اس بات سے بے حد سرشار تھا۔ خیال تھا چند روز میں ہمیشہ کیلئے اس ملک اور گھر سے چلا جاؤں گا۔ اس چکر میں اپنی جاری تعلیم بھی ادھوری چھوڑ دی۔ یاد رہے کہ یہ امن کا زمانہ تھا۔ یہ 1982ء کا ذکر ہے اس وقت تک کسی ملک میں جانا کوئی مشکل نہ تھا۔ انگلینڈ کا ابھی ویزہ بھی نہ شروع ہوا تھا۔ بس ٹکٹ اور تھوڑے سے ڈالر آپ کی جیب میں ہوں تو داخلہ ویزہ ایئرپورٹ پر ہی مل جایا کرتا تھا۔ آج کی طرح یہ قطعی مشکل نہ تھا۔ میری طرف سے تیاری سوفیصد مکمل تھی کہ اچانک نجانے کسی بات پر والدہ سے تلخی اور تکرار ہوگئی میں بھی غصے کا تیز' گستاخ اور زبان دراز واقع ہوا تھا والدہ کسی بات پر ڈانٹ رہی تھیں اور میں ترکی بہ ترکی جواب دے رہا تھا۔ والدہ نے کہا ''تیرا ابھی سے یہ عالم ہے تو تُو باہر جاکر کب کسے یاد رکھے گا؟'' میں نے بھی غصے میں جواب دیا ''ہاں ہاں ٹھیک ہے نہیں کسی کو یاد رکھوں گا'' نجانے وہ کونسی قبولیت یا قیامت کی گھڑی تھی آج اس واقعہ کو گزرے 29 سال ہو چکے ہیں لیکن میں ابھی تک ماں کے چہرے کے وہ تاثرات' وہ الفاظ فراموش نہیں کرسکا۔ میری والدہ نے منہ پر ہاتھ پھیرتے ہوئے کہا تھا ''لے پھر میں دیکھتی ہوں کہ تو باہر کیسے جاتا ہے۔''

قارئین! وہ دن اور آج کا دن میں نے ہر حربہ آزما لیا میں باہر نہ جاسکا اور نہ ہی میں ادھر پنپ سکا۔ سونے میں ہاتھ ڈالتا ہوں تو مٹی ہوجاتا ہے۔ جس پوسٹ پر نوکری کرنا لوگ فخر سمجھتے ہیں میں اس پوسٹ پر بیس سال سے کام کررہا ہوں' لیکن معاملات جوں کے توں۔ لوگ مجھے نہایت خوشحال اور کوئی بڑا آدمی سمجھتے ہیں لیکن حقیقت سے یا تو میں خود واقف ہوں یا پھر چند ایک لوگ۔ قارئین عبقری! تیس سالہ جدوجہد اور ناکامیوں اور ٹھوکروں کی داستان نہایت طویل اور تکلیف دہ ہے۔ لہٰذا نہایت اختصار سے کام لے رہا ہوں۔ ماں کی دعا کا بھی ہمارے خاندان ہی کا ایک واقعہ اور سن لیں۔ ہمارے ایک رشتے دار کو بھی میری طرح باہر جانے کا شوق تھا۔ یہ لڑکا نہ تو پڑھا لکھا تھا حتیٰ کہ اپنا نام تک نہ لکھ سکتا تھا۔ معمولی سی دکان تھی۔ برگر' سموسے لگاتا تھا۔ غرض کہ دنیاوی کوئی گن یا خوبی بظاہر دکھائی نہیں دیتی تھی۔ اس کو بھی انہی دنوں باہر جانے کا خبط سوار ہوا جن دنوں میں جانا چاہتا تھا جب اس کی ماں کو معلوم ہوا کہ میرے بیٹے کو باہر جانے کا شوق ہے تو اس نے دن رات اپنے بیٹے کیلئے دعائیں شروع کردیں' وظیفے اور پڑھایاں شروع کردیں حتیٰ کہ یہ لڑکا جیسے تیسے فرانس چلا گیا۔ بیس پچیس سال سے غالباً ابھی تک اُدھر ہی ہے۔ خوب پیسہ بھی کمایا' اس کے فرانس جانے کے بعد ایک مرتبہ اُس لڑکے کی والدہ نے بتایا کہ میں اپنے بیٹے کیلئے راتوں کو چھت پر کھڑے ہوکر دعائیں کیا کرتی تھی۔ قارئین عبقری! فرق صاف ظاہر ہے' یہ ہے فرق قابلیت کا اور قبولیت کا۔

آپ نے میری داستان پڑھ لی میری آپ سے التجا ہے کہ جو بھی میرا یہ خط پڑھے وہ میرے لیے کم از کم ایک مرتبہ دعا ضرور کردے۔ شاید کسی کی دعا میرے حق میں قبول ہو اور میں ماں کی بددعا کے بداثرات سے نکل سکوں۔ دوسرے کبھی اپنے بچوں کو غصے میں بددعا نہ دیں نجانے اس کے اثرات کتنی نسلوں تک چلیں۔ جن کے والدین حیات ہیں ان کی خدمت کریں دعائیں لیں اور بقول قرآن ''انہیں اُف تک نہ کہو''

جب آپ کو اپنے ستائیں

بعض اوقات آپ کو اپنے پیارے رشتوں سے ٹھیس لگتی ہے بغیر کسی جرم کے آپ کو سزا دی جاتی ہے تو ظاہر ہے پھر انسان بہت دکھی ہوتا ہے۔ تکلیف دینا' حق تلفی کرنا' بغیر وجہ کے صرف اپنی خاطر دوسروں سے قطع رحمی لاتعلقی کرنا یہ ایسی تکلیف ہے بعض اوقات متاثرہ شخص پاگل خانے یا پھر ڈیپریشن میں چلا جاتا ہے اور دوائی اس کا مقدر بنادی جاتی ہے مگر جو لوگ یہ اذیت دیتے ہیں سکون ان کو بھی نصیب نہیں ہوتا اگر معاملہ رب کی ذات پر چھوڑ دیا جائے تو......

لیکن ایسی حالت میں اگر سچا انسان مضبوط رہے' خاموش ہوجائے اور اللہ کی ذات سے رجوع کرے تو حیرت انگیز نتائج سامنے آتے ہیں' نبی پاک ﷺ اور ان کے چچا کا قصہ' حضرت آسیہ ان کے شوہر کا قصہ' حضرت نوحؑ کے بچہ کا قصہ' مظلوم فاتح ہوتا ہے' ظالم ساری عمر اسی حالت میں جلتا ہے۔ اسی طرح اگر ہم مشکلات کے وقت نفل پڑھنا شروع کردیں اور کثرت سے استغفار کی تسبیحات پڑھنا شروع کردیں تو معاملہ ہی مزہ دے گا۔ روزانہ قدرت کے رنگوں کو دیکھیں' سویرے سویرے اٹھیں اور سبزہ دیکھیں' پرندوں کو سنیں اور ذکر و اذکار کریں' قلبی سکون بھی ملے گا اور صحت بھی بہتر ہوگی۔ **(ڈاکٹر ایم اے کاظمی)**

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیر نظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

اکتوبر کے جوابات

1۔ صبح وشام اکیس بار بچے کے سر پہ ہاتھ رکھ کر سورۃ الانعام کی آیت نمبر 45 پڑھیں۔ اول وآخر سات بار درود شریف مکمل توجہ اور یقین کے ساتھ یہ عمل کریں۔ انشاء اللہ کچھ عرصہ بعد ہی واضح رزلٹ سامنے آئے گا۔ **(عالیہ شفیق' لاہور)**

☆ روغن بادام خالص لے کر صبح وشام تین تین قطرے ناک کے دونوں نتھنوں میں ڈالیں اور سانس اوپر کی طرف کھینچیں انشاء اللہ سر درد سے نجات مل جائے گی۔ بہت آزمودہ اور مجرب ٹوٹکہ ہے۔ **(رفیق احمد' فیصل آباد)**

2۔ میرا خیال ہے کہ ان کو ہارمونز کا مسئلہ ہے اس لیے اگر ایسا ہے تو پہلے اس کا علاج کروائیں بال خود بخود ختم ہو جائیں گے۔ عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس منگوا کر پانچ ماہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ دوائی میں ناغہ نہ کریں انشاء اللہ مسئلہ حل ہو جائیگا۔ اس کے ساتھ ساتھ حسن و جمال کریم چہرے پر استعمال کریں' قبض نہ ہونے دیں۔ یہ چہرے کے بالوں کی بہت بڑی وجہ ہے۔ **(انیلہ محبوب' خانیوال)**

3۔ محترم آپ کیلئے ایک بہت مجرب اور آزمودہ عمل یا ٹوٹکہ دے رہا ہوں آپ ہر وقت باوضو رہیں کم ازکم دن میں پانچ سے آٹھ بار وضو کریں اس طرح آپ کے جسم کی اور ناک کی صفائی ہوتی رہے گی اور آپ کو الرجی نہیں ہوگی اس کے ساتھ روحانی ٹوٹکہ یہ کریں کہ وضو ختم ہونے کے بعد تین گھونٹ پانی شفاء کی نیت سے پئیں۔ یہ بہت مجرب اور آزمودہ عمل ہے عبقری میں اس کے فوائد بارہا آچکے ہیں۔ **(عبدالرحمٰن' اسلام آباد)**

روحانی عمل برائے خارش' پھوڑے پھنسی

جس مریض کو پھوڑا یا پھنسی ہو وہ چوب چینی ایک تولہ شاہترہ ایک تولہ چرائتہ ایک تولہ نیم کے پتے ایک تولہ۔ تمام ادویہ کو ہاون دستہ میں ڈال کر خوب کوٹیں پھر ایک لیٹر پانی میں ڈال کر اتنا ابالیں کہ 750 گرام پانی رہ جائے تو اتار لیں ٹھنڈا ہونے پر اس محلول کو چھان لیں۔ پھر اس محلول پر 1111 مرتبہ درج ذیل آیت پڑھ کر دم کریں اور 21 مرتبہ پڑھ کر مریض پر دم کریں۔ آیت مبارکہ یہ ہے:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم سَلَامٌ قَوْلًا مِّنْ رَّبٍّ رَّحِیْم. **(حکیم مہتاب حسین دہلوی)**

نومبر کے سوالات

1۔ السلام علیکم قارئین! سوال یہ ہے کہ جیسا کہ آج کل مارکیٹ میں کلر صاف کرنے کی کریمیں آرہی ہیں اسی طرح انجکشن یا گولیاں بھی آرہی ہیں۔ ہمیں ان کے نام معلوم کرنے ہیں اگر آپ کو پتا ہو تو بتادیں۔ براہ مہربانی آپ ایسی گولیاں یا ہربل بوٹی بتادیں جس کے استعمال سے کلر اندر سے صاف ہو۔ بیرونی طور پر نہ ہو یا کوئی ایسی آیت بتادیں جس کے پڑھنے سے رنگ سفید ہو جائے مہربانی ہوگی۔ **(عظمیٰ عبدالستار)**

2۔ **محترم قارئین!** میں گناہوں سے توبہ کرنا چاہتی ہوں' میں گناہوں کی دلدل میں پھنسی ہوئی ہوں میرے دن رات بہت بے چینی سے گزر رہے ہیں' میں اللہ کے حضور توبہ کرنا چاہتی ہوں' مجھے کوئی ایسا عمل بتادیں کہ میرا دل گناہوں سے اچاٹ ہو جائے' دل میں گناہوں کیلئے نفرت پیدا ہو جائے اور میرا دل نیکی کی طرف مائل ہو جائے۔ **(ب۔ا' راولپنڈی)**

3۔ قارئین السلام علیکم! میں لاہور ایک بڑی مارکیٹ کا تاجر ہوں' میرے مخالفین نے میرے اوپر ایک جھوٹا مقدمہ دھوکہ دہی کا کروادیا ہے۔ میں ایک معمولی سا تاجر ہوں وہ چاہتے ہیں کہ میں وہاں سے اپنی دکان چھوڑ دوں لیکن میری روزی روٹی اسی سے چلتی ہے۔ میرے پاس وکیلوں کو دینے کیلئے بھی پیسے نہیں۔ براہ مہربانی مجھے کوئی ایسا وظیفہ عنایت فرمائیں کہ میں اس مقدمہ میں سرخرو ہو جاؤں۔ **(اشرف' لاہور)**

4۔ میرے بالوں میں بالچر کا مسئلہ ہوگیا ہے' دو سال سے بڑے بڑے ڈاکٹروں کو دکھایا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا' اگر کسی کو کوئی علاج معلوم ہو تو براہ مہربانی ضرور بتادیں۔ میں بہت پریشان ہوں۔ **(مسز جمیل' لاہور)**

سورۂ رحمٰن کا کرشمہ

سورۂ رحمٰن ایک سائنسی تحقیق کے مطابق ہیپا ٹائٹس B اور C کے مریضوں کیلئے ایک قیمتی تحفہ ہے۔ کسی بھی مرض میں مبتلا مریض کیلئے آپ مریض پر سات دن تک پڑھیں جب پڑھائی کریں تو تب مریض کی آنکھیں بند کروالیں۔ انشاء اللہ فرق آپ لوگوں کے سامنے ہوگا۔ یہ عمل سات دن تک کرنا ہے۔ **(منصور احمد چوہان' بھاگٹانوالہ)**

نیکیوں کے پہاڑ

قربانی کے خون کا پہلا قطرہ جو زمین پر گرتا ہے وہ قربانی کرنیوالے کے تمام گناہوں کا کفارہ ہوتا ہے

پل صراط پر سواری

آنحضرت ﷺ نے فرمایا اے مسلمانو! قربانی کے جانوروں کو کھلا پلا کر خوب موٹا کیا کرو کیونکہ یہی جانور قیامت کے دن پل صراط پر سواری کا کام دینگے۔ عیدالاضحیٰ کے دن اللہ کے نزدیک خون کے قطرے زمین پر گرانے سے بڑھ کر کوئی عمل نہیں۔ قربانی کے خون کا پہلا قطرہ جو زمین پر گرتا ہے وہ قربانی کرنیوالے کے تمام گناہوں کا کفارہ ہوتا ہے۔

رحمتوں کی بارش: حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جس نے عید کے دن غسل کیا گویا اس نے دریائے رحمت میں غوطے لگائے اور گناہ سے اس طرح پاک ہوا گویا ابھی پیدا ہوا ہے۔

اللہ کے ہاں مقبول

حضرت عائشہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ یوم النحر (ذی الحجہ کی دسویں تاریخ) کا کوئی عمل اللہ کے نزدیک قربانی کا خون بہانے سے زیادہ محبوب نہیں ہے اور بیشک یہ (قربانی کا جانور) اپنے سینگوں اور اپنے کھروں اور اپنے بالوں کے ساتھ آئے گا اور بیشک یہ خون اللہ کے نزدیک زمین پر گرنے سے مقبولیت کا درجہ پالیتا ہے لہٰذا خوش دلی کے ساتھ قربانی کیا کرو۔ (ترمذی' ابن ماجہ)

24 ہزار برس کی عبادت کا ثواب

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے روایت ہے کہ آنحضرت ﷺ نے فرمایا کہ جس شخص نے یوم ترویہ کا روزہ رکھا اس نے گویا بارہ ہزار برس اللہ کی عبادت کی اور جس نے عرفہ کے دن روزہ رکھا اس نے گویا چوبیس ہزار برس عبادت کی اور جو عیدالاضحیٰ کے دن نماز عید تک روزہ دار رہا اس نے گویا ساٹھ ہزار برس عبادت کی اور اس کو اللہ تعالیٰ ہزار شہیدوں کا ثواب اور ہزار حاجیوں کا ثواب عطا فرمائے گا۔

اللہ کی رحمت اور شیطان کا غصہ

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ تعالیٰ عنہٗ سے مروی ہے کہ حضور نبی کریم ﷺ نے بارہا یوم عرفہ میں ایسا تبسم فرمایا کہ دندان مبارک ظاہر ہوگئے میں نے اس کا سبب پوچھا تو آپ ﷺ نے فرمایا آج اللہ نے اپنے بندوں پر اس قدر رحمت اور مغفرت نازل فرمائی جس کے رشک سے شیطان آہ زاری کرتا ہے اور اپنے سر پر خاک ڈالتا ہے یہی دیکھ کر مجھے ہنسی آئی۔

بحوالہ: حرمین میں نیکیوں کے پہاڑ

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

گندا دودھ

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ میں کسی گھر کے سامنے سامان اتار رہا ہوں۔ میں دونوں ہاتھوں سے آٹے کی بوری گھسیٹ رہا ہوں اور میز پر دودھ کا پیکٹ رکھا ہے جس میں سے دودھ بہہ رہا ہے۔ سامنے گھر میں تالا لگا ہوا ہے۔ گھر کے سامنے ایک نوعمر لڑکی بیٹھی ہے میں اس سے پوچھتا ہوں کہ اس گھر کی چابی کس کے پاس ہے۔ وہ جواب دیتی ہے کہ میرے پاس ہے۔ میں اس سے کہتا ہوں کہ اسے کھولو۔ وہ اٹھ کر تالا کھولنے لگتی ہے۔ اس دوران میں دودھ کا پیکٹ اٹھا کر وہاں رکھے ہوئے ایک گندے برتن میں ڈالنے لگتا ہوں اس سے دودھ بھی گندا ہوجاتا ہے۔ وہ اٹھا کر میں پی لیتا ہوں اور جو دودھ بچتا ہے اس کیلئے میں لڑکی سے کہتا ہوں کہ اس کی چائے بنالو۔ اسی دوران آنکھ کھل جاتی ہے۔ دوسرے خواب میں دیکھتا ہوں کہ ایک قبرستان میں احاطہ میں ایک قبر ہے۔ ایک بوڑھی عورت کہتی ہے کہ یہاں ایک اور قبر بنے گی۔ منظر بدلتا ہے ایک گھر کا منظر ہے جہاں ایک عورت مجھے کوئی تلی ہوئی چیز دیتی ہے لیکن پھر ہاتھ پیچھے کرلیتی ہے اس دوران میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(محمد ارشد، جھنگ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کو متنبہ کیا گیا ہے کہ حرام کی آمدنی سے بچنے کی کوشش کریں اور خدانخواستہ ذریعہ آمدنی حرام ہی رہا تو آئندہ کسی بڑی پریشانی میں مبتلا ہونیکا اندیشہ ہے۔

چشمہ

خواب: میں دیکھتا ہوں گھر کے اندر ایک چشمہ ہے۔ اس میں دو چھوٹے چھوٹے سانپ ہیں۔ ان دونوں کا نکالتا ہوں ان میں سے ایک مذکر ہے اور ایک مؤنث ہے۔ میں مونث کو ماردیتا ہوں اور مذکر سانپ کو دوبارہ چشمہ میں ڈالتا ہوں، وہ نہیں جاتا اور چشمہ کا پانی بھی اپنی جگہ سے نیچے گیا ہے۔ پھر گھر کے باہر ایک ندی میں وہ سانپ اس میں چلا جاتا ہے اور گھر کے اندر جو چشمہ ہے وہ پھر پانی سے بھر جاتا ہے۔ **(کریم داد......اٹک)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے دو گھریلو ملازم آپ کو مالی نقصان پہنچانے کی کوشش کریں گے لیکن انشاء اللہ آپ کی حفاظت ہوگی۔ آپ ہر نماز کے بعد آیۃ الکرسی پڑھ لیا کریں۔

دماغ کی منتقلی

خواب: میں دیکھتا ہوں کہ ہسپتال میں ایک مریضہ زیر علاج ہے اس کے لواحقین میرے پاس آتے ہیں اور گزارش کرتے ہیں کہ ان کو میرے دماغ کی ضرورت ہے۔ میں جواب دیتا ہوں کہ دماغ کے بغیر میں کس طرح زندہ رہوں گا۔ میں انکار کردیتا ہوں لیکن لواحقین مسلسل اصرار اور فریاد کرتے ہیں۔ پھر میں راضی ہوجاتا ہوں۔ ڈاکٹر آپریشن کرکے میرا دماغ نکال دیتے ہیں اور مریضہ کے لواحقین کو دے دیتے ہیں۔ اس کے بعد مجھے کوئی خاص مسئلہ نہیں ہوتا۔ صرف سر میں ٹانکوں کی سلائی والی جگہ پر معمولی درد ہوتا ہے۔ پھر منظر بدلتا ہے میں اپنے آپ کو مذبحہ خانے میں پاتا ہوں جہاں دو گائے اور ایک اونٹ کو ذبح کرنے کے بعد کھال اتاری جارہی ہوتی ہے لیکن گائے اور اونٹ زندہ ہوتے ہیں اور باقاعدہ آنکھیں جھپکا رہے ہوتے ہیں۔ **(نصر اللہ......لاہور)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق اندیشہ ہے کہ کسی کی پریشانی دور کرنے کی کوشش میں آپ کو خود پریشانی لاحق ہوجائے۔ آپ کو اس بات پر متنبہ کیا گیا ہے کہ فرض نماز کی ادائیگی یکسوئی کے ساتھ کیا کریں۔ فوری طور پر مالی صدقہ دیں اور چلتے پھرتے یَاھَادِیُ کا ورد رکھیں۔

بوڑھا شوہر

خواب: میں نے دیکھا کہ میری امی مجھ سے سخت ناراض ہوتی ہیں اور کہتی ہیں کہ میں تمہاری شادی کردوں گی اور پھر رشتہ ڈھونڈتی ہیں۔ آخر ان کو ایک درمیانی عمر کے لڑکے کا رشتہ مل جاتا ہے لیکن مجھے ذرا بھی پسند نہیں آتا۔ پھر ایک ہفتے بعد میں خواب میں اسی آدمی کو دیکھتی ہوں اور امی میری شادی اس لڑکے سے کردیتی ہیں جس پر مجھے بہت غصہ آتا ہے۔ لیکن وہ لڑکا بہت اچھا ہوتا ہے وہ مجھے کہتا ہے کہ گھبراؤ نہیں اس دن خواب میں بہت روتی ہوں اور جب امی میرے گھر آتی ہیں تو میں ان کو زور زور سے دھکے دے کر باہر نکال دیتی ہوں اور ان کو کہتی ہوں کہ آپ نے بوڑھے آدمی سے میری شادی کرکے میری زندگی برباد کردی ہے میں آپ کو معاف نہیں کروں گی۔ اس کے بعد اگلے دن پھر میں نے اپنے آپ کو دلہن بنے دیکھا۔ **(ک......راولپنڈی)**

تعبیر: آپ کا خواب اچھا ہے اور انشاء اللہ آپ کو خوشی اور خوشحالی نصیب ہوگی لیکن آپ ناقدری کی وجہ سے اس حاصل ہونے والی نعمت اور دولت کے چھن جانے کا بھی اندیشہ ہے آپ استغفار کی کثرت کریں۔

چاند اور چاندنی

خواب: میں کسی جگہ پر ہوں اور وہاں چاول کھا رہی ہوں۔ ساتھ میں میرا بیٹا ہے۔ چاول کے آخری چمچ میں کھوپرے کا ٹکڑا آتا ہے جو میں اپنے بیٹے کو کھلادیتی ہوں۔ رات کا وقت ہے اور مجھے جلدی گھر جانا ہے لہٰذا میں بھائی جان سے کہتی ہوں کہ چاند نکل آئے اور روشنی پھیل جائے تو پھر گھر جاتی ہوں جب میں آسمان پر دیکھتی ہوں تو وہاں تھوڑے بادل ہیں جو ہٹتے جاتے ہیں اور چاند نکل آتا ہے جو شروع تاریخ ہونے کے باوجود بہت روشن اور چمکدار ہے۔ پھر بھائی جان کہتے ہیں کہ جو چاند چڑھنا تھا چڑھ گیا اب یہ دس سال بعد چڑھے گا۔ **(س۔م)**

تعبیر: آپ کا خواب ماشاء اللہ بہت مبارک ہے اور آپ کو ایک اچھی خبر سننے کو جلد ملے گی اور 10 سال بعد آپ کے بیٹے کو ایک نمایاں کامیابی ملنے کا بھی اشارہ ہے۔

دشمن

خواب: دیکھتی ہوں کہ ہمارے صحن میں ایک کینو کا بہت بڑا درخت ہے جس پر بڑا موٹا پھل لگا ہوا ہے اور میں توڑ کر کھا رہی ہوں۔ دیکھتی ہوں کہ بائیں طرف ایک آدمی کھڑا ہے جس نے دیہاتیوں کے سے کپڑے پہنے ہوئے ہیں اور سر پر بہت بڑی پگڑی باندھ رکھی ہے۔ دیکھتے ہی دیکھتے وہ آدمی سرخ رنگ کا سانپ بن جاتا ہے اور تقریباً ایک بالشت چوڑا اس کا پھن ہوتا ہے۔ **(سویرا......جہلم)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کا کوئی خفیہ دشمن سحر کے ذریعے سے آپ کو نقصان پہنچانے کی کوشش کررہا ہے اور کسی حد تک اپنے ارادے میں کامیاب بھی ہوچکا ہے۔ اس کا تعلق آپ کے ددھیالی رشتہ داروں سے ہوسکتا ہے۔ آپ سورۂ بقرہ مکمل پڑھ کر سرسوں کے تیل پر دم کریں اور اس تیل کا ایک ایک قطرہ دونوں کانوں میں سوتے وقت ڈال لیا کریں اور اسی تیل کا پورے جسم پر مساج بھی کریں۔ مدت عمل 7 دن ہے۔

قوت باہ میں زبردست اضافہ کیلئے غریبانہ ٹوٹکہ

قوت باہ میں اضافہ کیلئے کودہ کوارگندل پاؤ بھر گائے کے ایک سیر دودھ میں کھویا بنائیں اور اس میں چینی ملا کر روزانہ آدھی چھٹانک صبح کے وقت کھالیا کریں۔ **(محمد شاہد، لاہور)**

نیاز محمد' کوئٹہ

جانوروں کی دل آزاری پر سزا

سوچ کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا کہ میں اللہ تعالیٰ کی مخلوق کی دل آزاری کر رہا ہوں اور اللہ پاک مجھ سے ناراض ہو گئے ہیں اور اپنے مخلوق کا بدلہ لینے کیلئے اور مجھے سبق سکھانے کیلئے میری بیٹی کو بیمار کیا ہے۔اس وقت میں نے اللہ تعالیٰ سے وعدہ کیا اور توبہ کی

چند سال پہلے کی بات ہے کہ میں خود سانپوں اور بچھوؤں کو پکڑنے اور پالنے کا شوق رکھتا تھا۔ میں پہاڑوں' ویرانوں میں جا کر سانپوں کا شکار کرتا رہتا تھا۔ان کو پکڑ کر ان سے اپنا دل خوش کرتا تھا یعنی ان سے کھیلتا تھا اور بچھوؤں سے اپنے آپ کو ڈسواتا تھا۔ کچھ عرصہ اپنے پاس رکھتا تھا بعد میں کچھ مرجاتے اور کچھ دیگر لوگوں کو دے دیتا تھا۔اس دوران میری چھوٹی بیٹی اس وقت اس کی عمر تقریباً 8 یا نو سال تھی۔ وہ اچانک بیماری ہوگئی۔ بظاہر کچھ بھی نہیں تھا۔ وہ بے ہوش جاتی' منہ سے جھاگ نکلتی' ہاتھ پاؤں ٹیڑھے ہوجاتے' 15 سے 20 منٹ اسی حالت میں رہتی تھی بعد میں بالکل تندرست ہوجاتی تھی۔ علاج کی غرض سے ڈاکٹروں کو دکھایا ڈاکٹروں نے معائنہ کیا اور بتایا کہ اس کو کوئی بیماری نہیں ہے بالکل تندرست ہے۔ لیکن وہ ویسے ہی بیہوش ہوجاتی۔ بزرگوں اور علماء کرام کو دکھایا دم درود کیا لیکن کچھ افاقہ نہ ہوا۔ میں اور سارے گھر والے بہت پریشان حال تھے۔ایک دن میں عشاء کی نماز سے فارغ ہوا اور سوچ رہا تھا کہ آخر یہ کیسی بیماری ہے اس کی وجہ کیا ہے؟؟؟ سوچ کے بعد میں اس نتیجے پر پہنچا کہ میں اللہ تعالیٰ کی مخلوق کی دل آزاری کر رہا ہوں اور اللہ پاک مجھ سے ناراض ہو گئے ہیں اور اپنی مخلوق کا بدلہ لینے کیلئے اور مجھے سبق سکھانے کیلئے میری بیٹی کو بیمار کیا ہے۔

اس وقت میں نے اللہ تعالیٰ سے وعدہ کیا اور توبہ کی کہ میں آئندہ سانپ اور بچھو کو نہیں پکڑوں گا۔ سانپ اور بچھو کو پکڑنے سے ان کی دل آزاری ہوتی ہے حالانکہ سانپ بچھو انسان کے دشمن ہوتے ہیں لیکن ان کو ناحق پکڑنا اور ان کی دل آزاری کرنا جس کی بناء پر اللہ تعالیٰ نے میری دل آزاری کیلئے میری بیٹی کو اس طرح بیمار کر دیا۔

میں اسی وقت اللہ تعالیٰ کے حضور سجدہ میں گر پڑا اور اللہ تعالیٰ سے معافی مانگی اللہ تعالیٰ نے میری توبہ قبول فرمائی۔ اس طرح میری بیٹی اس دن کے بعد پھر کبھی بھی بیہوش نہیں ہوئی اور بالکل تندرست ہوگئی۔

سچ ہے کفر و شرک کے بعد سب سے بڑا گناہ دل آزاری ہے۔وہ چاہے انسان کی ہو یا حیوان کی ہو۔حیوان کی دل آزاری پر اللہ تعالیٰ اتنے ناراض ہو سکتے ہیں تو انسان کی دل آزاری پر کتنا ناراض ہوتے ہونگے اور اس کی کیا سزا ہوگی؟؟؟ اللہ تعالیٰ ہم سب کو ہدایت اور توفیق عطا فرمائیں کہ ہم کسی کی دل آزاری نہ کریں۔

قارئین کے نام اہم اعلان

1۔الحمدللہ لاکھوں قارئین پڑھتے اور پھر لکھتے ہیں ہم آپ کی تحریریں باری آنے پر ضرور شائع کریں گے۔اگر کسی وجہ سے ڈاک ہم تک نہ پہنچی تو مجبوری ہے۔اگر کہیں سے تحریر لیں تو متعلقہ حوالہ ضرور لکھیں۔تحریر پر اپنا موبائل یا فون نمبر ضرور لکھیں۔

2۔ایڈیٹر کی کتابیں' رسالہ آپ کی نظر سے گزرا۔حتی الوسع کوشش کی جاتی ہے کہ غلطی نہ رہے۔بشری تقاضے کے پیش نظر اگر غلطی رہ جائے تو مطلع فرمائیں۔ہم آپ کے بے حد شکرگزار ہوں گے۔ایڈیٹر کی کتابیں دراصل تالیفات ہیں جس کیلئے دوسری کتب اور رسائل اور جرائد سے استفادہ کیا گیا ہے یہ وضاحت کرنا لازم سمجھتے ہیں کہ جس کتاب سے حوالہ لیا گیا ہے مؤلف کا انکے تمام نظریات سے متفق ہونا ضروری نہیں۔**(ادارہ)**

3۔حکیم صاحب کو موصول ہونیوالی ڈاک میں سے بعض کیساتھ جوابی لفافہ نہیں ہوتا لہٰذا ان کا جواب نہیں دیا جاتا۔ قارئین! جوابی لفافہ ساتھ ضرور ارسال کیا کریں۔

نوٹ: بعض قارئین اخبارات و رسائل سے تحریریں من و عن نقل کر کے اپنے نام سے ارسال کرتے ہیں۔ایسا ہرگز نہ کریں۔ورنہ آئندہ ان کی قلمی تحریر بھی شائع نہیں کی جائیگی۔

اس ماہ کی موصول منتخب تحریریں

ملک عبدالغفار ندیم' مظفر گڑھ۔عزیز الرحمان عزیز' پشاور۔ محمد اشتیاق' سکھر۔ام حذیفہ' راولپنڈی۔

بلڈ پریشر نارمل رکھنے کا چٹکلہ

انگلی کی مدد سے دائیں ناک کا نتھنا بند کریں اور بائیں نتھنے تین بار سانس لے پھر بائیں نتھنے کو بند کرے انگلی کی مدد سے اور دائیں نتھنے سے سانس نکالے یہ عمل کرتے ہوئے منہ بند رہے پھر دونوں نتھنے بند کرے اور منہ کھول کر تین بار سانس لے پرفضا مقام پر فجر کے وقت بھی کر سکتے ہیں۔

ناصرہ منظور' گجرات

عبقری کے مجھ پر احسانات

عبقری میں بتائے ہوئے وظیفوں سے میری ہر طرف سے مشکل آسان ہو جاتی ہے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں تقریباً دو سال سے عبقری کو جانتی ہوں اور پڑھتی ہوں' باقاعدگی سے اور چھ ماہ سے تو خود خرید کر بانٹ رہی ہوں' عبقری کے احسانات میرے پر بہت زیادہ ہیں۔

میں نے عبقری میں اگست 2010ء کے شمارہ میں صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے بارے میں پڑھا کہ اگر پاؤں سن ہو جائیں تو دم کر کے ناخنوں پر تھوک لگائیں فوراً ٹھیک ہوجائیں گے۔میری بائیں ٹانگ سو جاتی تھی' چلتے چلتے میں نے یہ عمل کیا۔یقین جانیے تین چار دفعہ کے عمل سے میری ٹانگ ٹھیک ہوگئی' سردیوں میں میری بازو انگلیوں سے کہنیوں تک درد کرتی تھی میں نے یہی عمل کیا اور گزشتہ سردی میں میری بازو میں درد نہیں ہوا۔پھر ایسے میں کیوں نہ عبقری اور آپ کو دعائیں دوں اور پھر حکیم صاحب میرے چہرے پر دانے نکل آئے اور میں نے ستمبر کے شمارے میں پڑھا یَاخَالِقُ. یَامُصَوِّرُ. یَاجَمِیْلُ 100 بار ہر نماز کے بعد پڑھنا ہے اور اب جب میں اپنی سہیلی سے برکت والی تھیلی لینے اس کے گھر گئی تو وہ حیران رہ گئی اور چیخ کے کہتی ہے ''ناصرہ منہ پر کیا لگاتی ہو'' اور پھر فوراً کہتی ہے یَاخَالِقُ. یَامُصَوِّرُ. یَاجَمِیْلُ والا وظیفہ تو نہیں پڑھتی؟؟؟ میں ہنس پڑی۔

عبقری میں بتائے ہوئے وظیفوں سے میری ہر طرف سے مشکل آسان ہوجاتی ہے حتیٰ کہ بچت پیک والی بات کہ سورۃ الکوثر 129 دفعہ پڑھنی ہے۔میرے مالی حالات ان دنوں کافی خراب تھے۔میرے پاس اس وقت ایک ہزار روپیہ تھا میں نے اس پر دم کر کے تھیلی میں ڈال دیا اور دکان سے بادام' کشمش' گڑ اور ناریل لینے کے بعد بھی میرے پاس چار سو روپے بچ گئی اور گھر آئی تو میرا بھائی آیا اس نے مجھے 2000 اور دے دیئے حالانکہ مجھے اس کی امید بھی نہیں تھی۔لیکن آیۃ الکرسی' سورۃ الکوثر اور صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّد کے ورد نے میرے پیسوں میں برکت ڈال دی اور مہینے کا ذخیرہ ہوگیا۔

حکیم صاحب! کہنے کو تو شاید یہ چھوٹی چھوٹی باتیں ہیں لیکن یقین جانیے یہ سب عبقری کی بدولت ہیں۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

بالوں کی کثرت

اب تک اس چار پانچ خط بالوں کے مسئلے پر آئے ہیں۔ ایک نوجوان لڑکی بے حد پریشان ہے' اس کے سینے پر بال ہیں' دوسری بچی کی شادی ہونے والی ہے مگر اسے چہرے پر بالوں کی وجہ سے روزانہ شیو کرنی پڑتی ہے۔ بقیہ تین لڑکیاں تھریڈنگ کر کے تھک چکی ہیں اور اس سلسلے میں مشورہ چاہتی ہیں۔

مشورہ: شروع شروع میں باریک رواں جسم پر ہوتا ہے اگر چہرے اور بازو پر ہو تو آدھے کپ آٹے میں ایک چوتھائی چمچہ نمک اور نصف چمچہ تیل یا گھی ملایئے' تھوڑا سا پانی ڈال کر سخت پیڑا بنایئے اور پھر اسے رول کر کے چہرے پر ملیے۔ اس سے ایک ڈیڑھ بار میں رواں صاف ہو جاتا ہے۔ ہاں اگر بال ہوں تو پھر یہ ٹوٹکا کارآمد نہیں۔

بال خاص قسم کی گائیوں سے پیدا ہوتے ہیں۔ ہارمونز کے عدم توازن سے عام طور پر سینے اور چہرے پر بال اگنے لگتے ہیں۔ بچیوں کو چاہیے ماہانہ نظام کی طرف توجہ دیں۔ ڈاکٹر سے مل کر مشورہ کریں۔ اشتہاری کریموں اور لوشنوں سے بالوں میں فرق نہیں پڑتا۔ بہت سی خواتین نے عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس لیکر استعمال کیا جن کا یہ مسئلہ حل ہو گیا۔ آپ بھی عبقری کے دفتر سے پوشیدہ کورس لے کر استعمال کریں۔ انشاء اللہ آپ کے مسائل بھی ٹھیک ہو جائیں گے۔

اینٹی الرجک۔ عناب

بچوں کو جب سے خسرہ نکلی وہ چڑچڑے ہیں۔ کھانسی خشک رہتی ہے' جسم پر گول گول سرخ رنگ کے ابھار پڑ جاتے ہیں۔ نزلہ زکام رہتا ہے۔ ڈاکٹر کی دوا سے نزلہ جم کر خاصی تکلیف رہتی ہے۔ گھر کے کام کاج کرتے وقت ذرا سی مٹی یا دھول ناک میں چلی جائے تو نزلہ شروع ہو جاتا ہے۔ گھریلو ٹوٹکہ بتایئے۔ اینٹی الرجک گولیاں کھا کھا کر تنگ آ گئی ہوں۔ **(ع۔م۔ لاہور)**

مشورہ: ع۔م صاحبہ! آپ پریشان نہ ہوں' ذرا عناب کو آزما کر دیکھئے۔ عناب کے دانے گہرے سرخ رنگ کے بیر کی طرح گول ہوتے ہیں۔ نزلہ و زکام آج کے دور کا مرض نہیں بلکہ سالہا سال سے طبیب اس کا علاج کرتے آ رہے ہیں۔ جوشاندے میں عناب شامل ہوتا ہے۔ عناب کے بہت سے فائدے ہیں۔ یہ خون کو صاف کرتا ہے' خون کے جوش کو درست کرتا ہے۔ صفراوی بخار میں مفید ہے۔ کھانسی' حلق کی خشکی' نزلہ' بخار میں فائدہ دیتا ہے۔ آپ شربت عناب جو بازار سے مل جاتا ہے منگایئے اور بچوں کو روزانہ پلایئے۔ سات دانے عناب آدھی پیالی پانی میں رات کو بھگو دیجئے۔ صبح اٹھ کر ہاتھ سے مل چھان کر تھوڑی سی چینی اور پانی ملا کر پی لیجئے چودہ دن پی کر دیکھئے نمایاں فرق پڑے گا۔ آج کل بازار میں بیٹھے موجود ہیں۔ بچوں کو ایک دو بیٹھے کاٹ کو چوسا دیجئے۔ اس سے ان میں قوت آئیگی۔ خسرے کے بعد آپ انہیں کھلا سکتی ہیں۔ بیٹھے زیادہ ٹھنڈے نہ ہوں۔ عناب بے ضرر دوا ہے۔ اسے کھانے کے بعد کوئی برے اثرات بھی جسم پر ظاہر نہیں ہوتے۔

بالوں کی نوکیں پھٹ جاتی ہیں

میں اپنے بالوں کی بہت احتیاط کرتی ہوں۔ پھر بھی میرے بال خراب رہتے ہیں۔ بالوں کی نوکیں پھٹ کر دوشاخیں نکل آتی ہیں۔ شیمپو سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔ بیسن سے سر دھو لوں تو سر سے بو آنے لگتی ہے۔ میرے پسینے میں بھی بو موجود ہے۔ کیا یہ دور ہو سکتی ہے؟ **(مناحل' لاہور)**

مشورہ: آپ سر کے بالوں میں ہفتے میں دو بار تیل کی مالش کیجئے اور مہینے میں دو بار نوکوں کو قینچی سے تراشئے۔ رات کو خوب کس کر دو چٹیاں باندھیے اور صبح جو نوکیں باہر نکلی نظر آئیں ان کو چاروں طرف سے تراش دیجئے۔ کسی پارلر سے آپ بالوں کی ٹرمنگ کرائیں تو کافی پیسے لگیں گے یہ کام آپ اپنی کسی دوست سے بھی کرا سکتی ہیں۔ ان کا یہی علاج ہے۔ زیتون کا تیل منگوایئے اس کے لگانے سے بال مضبوط اور سیاہ ہوتے ہیں۔ آپ کسٹر آئل کا ایک چمچہ سرسوں کے تیل میں ملا کر ہفتے میں ایک بار جڑوں میں لگایئے' بال مضبوط اور گھنے ہوں گے۔ بند گوبھی کی سلاد روز کھایئے۔

پسینے کی بدبو کیلئے آپ لیموں کا شربت بنا کر روز پیجئے۔ پندرہ بیس دن بڑا گوشت اور تلی چیزیں نہ کھایئے۔

اِدھر وظیفہ پڑھنا شروع کیا اُدھر کام مل گیا

عبقری میں وظیفہ جو کہ ہر نماز کے بعد سورتیں پڑھنے والا چھپا تھا یعنی فجر کے بعد سورۂ رحمٰن' یٰسین۔ ظہر سورۂ فتح اور عصر سورۃ الانبیاء' مغرب سورۂ مزمل' سورۂ واقعہ اور عشاء کے بعد سورۃ الملک پڑھنے سے بے شمار مالی اور روزمرہ کی مشکلات حل ہونے لگتی ہیں۔ جونہی میں نے ان سورتوں کو پابندی کیساتھ پڑھنا شروع کیا فوراً ہی مجھے اوپن یونیورسٹی کی طرف سے پیپر چیک کرنیکا کام مل گیا۔ **(صفورا سلطانہ' لالہ موسیٰ)**

مولی سے پیچیدہ بیماریوں کا علاج

سدرہ، ملتان

پتھری کی صورت میں گردہ و مثانہ سے ریت آنے کی حالت میں مولی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو پتھری ریزہ ریزہ ہو کر ہمیشہ کیلئے جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ ☆ یہ خود دیر ہضم ہے مگر غذا کو ہضم کر دیتی ہے۔

مولی مشہور عام جڑ ہے۔ جس سے ہر چھوٹا بڑا واقف ہے۔ اس کا رنگ عموماً سفید ہوتا ہے۔ اس کی دو اقسام ہیں ایک لمبی اور دوسری گول۔ شلجم کی طرح کچی سلاد کے طور پر کھائی جاتی ہے جبکہ بطور ترکاری بھی استعمال ہوتی ہے۔

اس کے اجزاء میں فاسفورس، کیلشیم اور وٹامن سی کے علاوہ فولاد کی بھی خاصی مقدار ہوتی ہے۔ اس کا مزاج گرم خشک ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

☆ پتھری کی صورت میں گردہ و مثانہ سے ریت آنے کی حالت میں مولی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر اسے مسلسل استعمال کیا جائے تو پتھری ریزہ ریزہ ہو کر ہمیشہ کیلئے جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ ☆ یہ خود دیر ہضم ہے مگر غذا کو ہضم کر دیتی ہے۔ ☆ بواسیر کے مرض میں مولی کا رس اور مولی کے پتے مریض کو کھلانے سے شفاء ہوتی ہے۔ ☆ مولی کو باریک کر کے نمک لگا کر کھانے سے جگر کی اصلاح ہوتی ہے۔ ☆ یرقان کے مرض میں مولی کے پتوں کا رس نکال کر چینی ملا کر مریض کو پلانے سے مرض ختم ہو جاتا ہے۔ مولی کھانے والوں کو کبھی یرقان نہیں ہوتا۔ ☆ مولی کھانے کے بعد گڑ کھانے سے مولی جلد ہضم ہو جاتی ہے اور بد بودار ڈکار وغیرہ بھی نہیں آتے۔ تلی کے امراض میں بھی مولی کا کھانا بہت مفید ہے۔ اس کے کھانے کا طریقہ یہ ہے کہ مولی کو چھیل کر اور کاٹ کر کالی مرچ اور ہلکا سا نمک لگا کر رات کو اوس میں رکھ دیں اور صبح نہار منہ کھائیں۔ ایک ہفتہ میں شفاء ہوگی۔ یہی نسخہ بواسیر کیلئے بھی ہے۔ ☆ مولی کو مسلسل کھانے سے پیشاب کا رک رک کر آنا، جل کر آنا، کم آنا یا قطرہ قطرہ آنا یہ تمام شکایات دور ہو جاتی ہیں۔ ☆ مولی کا رس آنکھوں میں ایک دو قطرے روزانہ ڈالنے سے دھند، پھولا، جالا اور موتیا بند کو شفاء ہوتی ہے اور نظر تیز ہو جاتی ہے۔ ☆ مسوڑھوں کے امراض پائیوریا اور دانتوں کی مضبوطی کیلئے مولی کو کالی مرچ لگا کر کھانے سے شفاء ہوتی ہے اور دانت مختلف بیماریوں سے محفوظ رہتے ہیں۔ ☆ مولی کھانے سے انتڑیوں کی حرکت تیز ہو جاتی ہے اور اس طرح قبض دور ہو جاتی ہے۔ ☆ یرقان کیلئے آدھ سیر مولی کے پانی میں چینی ملا کر یرقان کے مریض کو پلانے سے مرض پاخانوں کے ذریعے ختم ہو جاتا ہے۔ ☆ کان درد اور کان کے دیگر امراض کیلئے مولی کے رس میں ہم وزن کا تلوں کا تیل ملائیں اور ہلکی آنچ پر رکھیں جب رس جل جائے اور خالی تیل رہ جائے تو اسے چھان کر بوتل میں محفوظ کر لیں اور نیم گرم تیل کے چند قطرے کانوں میں ٹپکانے سے کان درد اور کان کی دیگر بیماریاں دور ہو جاتی ہیں۔ ☆ مولی کا رس اگر روزانہ گنج پر ملا جائے تو بال دوبارہ اگنے شروع ہو جاتے ہیں۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ سر کے گنج کو پہلے تولیے سے رگڑیں اور پھر اس سے مالش کریں۔ ☆ بچھو پر اگر مولی کا رس ڈالا جائے تو وہ فوراً مر جاتا ہے۔

☆ مولی کے بیج بھی بڑے کارآمد ہوتے ہیں۔ آدھ تولہ مولی کے بیج اگر نیم گرم پانی سے کھلائے جائیں تو بند حیض جاری ہو جاتا ہے۔ ☆ قوت باہ بڑھانے کیلئے مولی کے بیج ہمراہ پانی صبح کھانے چاہئیں۔ اس سے باہ بڑھتی ہے اور مادہ تولید گاڑھا ہوتا ہے۔ ☆ خنازیر (کنٹھ مالا) کی گلٹیوں پر مولی کے بیج بکری کے دودھ میں کھرل کر کے لیپ کرنے سے بالکل آرام ہو جاتا ہے۔ دو ہفتہ میں مرض بالکل ختم ہو جاتا ہے۔ ☆ کسی بھی درد والی جگہ پر مولی کے بیج لیموں کے رس میں پیس کر درد والی جگہ پر لگانے سے شفاء ہوتی ہے۔ ☆ ایک ماشہ مولی کا نمک شہد میں ملا کر چاٹنے سے دمہ ختم ہو جاتا ہے۔ البتہ تین ہفتہ تک علاج جاری رکھنا چاہیے۔ ☆ ایک ماشہ نمک مولی ہر روز ہمراہ چھاچھ پینے سے جگر کے تمام امراض ختم ہو جاتے ہیں اور یرقان ختم ہو جاتا ہے۔ بدہضمی دور کرنے کیلئے ایک ماشہ نمک مولی گرم پانی کے ساتھ پینا چاہیے۔ فوراً بدہضمی دور ہو جائے گی۔ ☆ ٹھنڈے پانی سے نمک مولی کھانے سے پیشاب کا رک رک کر آنا، کم آنا، قطرہ قطرہ آنا، پتھری، درد گردہ، مثانہ اور ریت آنے کو بے حد مفید ہے۔ ☆ مولی کو سرکہ میں بھگو کر کھانے سے ورم تلی تحلیل ہو جاتا ہے۔ ☆ تخم مولی بیرونی طور پر چہرہ کی سیاہی، چھائیں، برص کو دور کرنے اور چہرے کا رنگ صاف کرنے کیلئے بطور ابٹن استعمال کی جاتی ہے۔ ☆ نزلہ و زکام میں چٹکی بھر نمک مولی سونگھنے سے یہ مرض دور ہوتی ہے اور دماغ کے کیڑے ختم ہو جاتے ہیں۔

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ۔ پشاور: اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0314-9007293۔ راولپنڈی: کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ لاہور: شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ سیالکوٹ: ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 ملتان: ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ رحیم یار خان: امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ خانیوال: طاہر سٹیشنری مارٹ ۔ علی پور: ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ ڈیرہ غازی خان: عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ جھنگ: حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ حاصل پور: اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ درگاہ پاکپتن: مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ کلورکوٹ: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ مظفر گڑھ: مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ گجرات: خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ چشتیاں: حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ شورکوٹ کینٹ: حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ بہاولپور: ابومعاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 بوریوالہ: سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ وہاڑی: فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگی کالونی، 0301-6661714۔ بھیرہ شریف: شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ ٹوبہ ٹیک سنگھ: حاجی محمد یسین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ وزیر آباد: شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ ڈسکہ: نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ حیدرآباد: الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ سکھر: الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ کوئٹہ: خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 حضرو: خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ اٹک شہر: ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ میلسی: امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ واہ کینٹ: حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ فیصل آباد: ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ بہاولنگر: المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 صادق آباد: ناصر منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ قلعہ دیدار سنگھ: عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ بھکر: ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ کوٹ ادو: عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ کنڈیارو: ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ منڈی بہاؤالدین: آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ احمد پور شرقیہ: بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 بنوں: امیر احمد جان 0333-9748847۔ نارووال: محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفروال۔ جہانیاں: حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 گوجرانوالہ: رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 سرگودھا: احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، چکوال: عمران فاروق، 0333-5778810۔ لیاقت پور: بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ گوجر خان: الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ تونسہ شریف: اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ خضرو: بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ ایبٹ آباد: آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ میانوالی: نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ کوہاٹ: عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ مری: حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ رائے ونڈ: محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ ساہیوال: مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ مانسہرہ: تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095 سلانوالی: الوہاب کتب خانہ 0300-5665317۔

مجالس مجذوبی

قارئین! تسبیح خانہ میں جمعرات درس کے بعد **مجالس مجذوبی** کے نام سے ایک نشست ہوتی ہے جس میں لوگ اعمال کی برکات سے حاصل شدہ اپنے تجربات و مشاہدات بتاتے ہیں۔ آپ بھی اعمال سے ہونے کے فوائد وتجربات لکھیں، صدقہ جاریہ ہوگا۔

(محمد سہیل جنجوعہ (لاہور کینٹ) نے اپنے تجربات ومشاہدات مجالس مجذوبی میں بیان کیے جو کہ پیش خدمت ہیں)

سامان کی جلد فروخت

ماہنامہ عبقری نومبر 2009ء صفحہ نمبر 10 پر ایک ولی اللہ کا عمل لکھا تھا میں نے اپنا کمپیوٹر سیل کرنا تھا مگر کوئی گاہک نہیں لگ رہا تھا کہ ایک تو پرانا، تھوڑی سی خرابی بھی، دن میں ایک دو بار خاص طور پر بعد نماز فجر عمل کر کے پھونک دیا اللہ نے سبب بنا دیا اور سیل ہوگیا۔ **وہ عمل یہ ہے:** سورۂ یوسف آیت نمبر 80 مع پوری بسم اللہ۔ آیت کو تین بار باوضو پڑھ کر سامان پر پھونک ماردیں۔

مالی وسعت، بہترین رزق کے حصول کی نبوی ﷺ دعا

ماہنامہ عبقری ستمبر 2009ء صفحہ نمبر 19 رزق میں برکت کی مسنون دعا پر عمل کیا۔ ایک ایک تسبیح صبح وشام پڑھی۔ ایم بی اے کرنے کے بعد ایک جگہ جاب ملی مگر ٹائم زیادہ، ڈیوٹی سخت اور تنخواہ کم، پہلی پہلی جاب تھی خوشی بھی تھی مگر سخت پریشان بھی تھا، دعائیں کرتا اور کرواتا رہا، پھر مجھے میرٹ پر سی ایس ڈی لاہور شاپنگ کمپلیکس (منسٹری آف ڈیفنس) میں اسسٹنٹ منیجر کی جاب ملی۔ باعزت آرام دہ جاب، سیمی گورنمنٹ ادارے میں۔ میں سمجھتا ہوں کہ آرٹیکل میں موجود ''مالی وسعت کی دعا'' اور ''بہترین رزق کے حصول کی ایک دعا'' کا بھی اس جاب کے ملنے میں بہت ہاتھ ہے۔ (خاص نماز فجر کے بعد پڑھا) **مالی وسعت کی دعا یہ ہے:** تَوَکَّلْتُ عَلَی الْحَیِّ الَّذِیْ لَایَمُوْتُ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ لَمْ یَتَّخِذْ وَلَمْ اَوَلَمْ یَکُنْ لَّہٗ شَرِیْکٌ فِی الْمُلْکِ وَلَمْ یَکُنْ لَّہٗ وَلِیٌّ مِّنَ الذُّلِّ وَکَبِّرْہُ تَکْبِیْرًا O **اور بہترین رزق کے حصول کی دعا یہ ہے:۔ مَا شَآءَ اللّٰہُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ اَشْھَدُ اَنَّ اللّٰہَ عَلٰی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیْر**

جسمانی درد کی نبوی ﷺ دعا، 1000% جادو اثر

حضور ﷺ کا ارشاد گرامی ہے کہ کسی کو کسی بھی قسم کا درد ہو تو مریض درد کے مقام پر ہاتھ رکھ کر 3 بار کہے بسم اللہ پھر 7 بار یہ پڑھے۔ انشاء اللہ درد سے آرام آجائے گا۔ اَعُوْذُ بِعِزَّۃِ اللّٰہِ وَقُدْرَتِہٖ مِنْ شَرِّ مَا اَجِدُ وَاُحَاذِرُ O (مشکوٰۃ)

میرے جسم میں جب بھی درد یا کٹ لگ جائے یا چوٹ لگے تو درد کو فوری ختم کرنے کیلئے میں نے جب بھی یہ دعا پڑھ کر پھونکی فوراً آرام آگیا۔ یوں جیسے جادو کیا گیا ہو۔ آزمائش شرط ہے۔ انشاء اللہ یہ پڑھ کر آپ مسکرا اٹھیں گے۔ اب تو میں درد کی گولی کی جگہ یہ دعا ہی استعمال کرتا ہوں۔

بیمار پرسی کی دعا، شفاء کلی کیلئے

حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا جو مسلمان کسی مسلمان کی بیمار پرسی کو جائے اور 7 مرتبہ یہ دعا پڑھے تو اللہ تعالیٰ مریضوں کو شفاء دے گا۔ ہاں اگر اس کی موت ہی آگئی ہو تو دوسری بات ہے۔ مریض کو عافیت مل جائے گی۔ انشاء اللہ۔ اَسْأَلُ اللّٰہَ الْعَظِیْمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ اَنْ یَّشْفِیَکَ O **(مشکوٰۃ، ترمذی)**

میرے والد صاحب بیمار ہوئے ہسپتال داخل ہوئے یہ پڑھ کر پھونکا صحت یاب ہوگئے۔ ایک دفعہ پھر بہت بیمار ہوئے پیلا یرقان ہوا، ہسپتال داخل ہوگئے بیماری سے زیادہ پریشان نظر آتے، یہ پڑھنے سے انہیں عافیت ملی، صحت یاب ہوگئے۔ اسی طرح ایک دفعہ امی کو بلڈ پریشر بہت تیز ہوگیا، بہت تکلیف میں تھیں، فوری علاج کے ساتھ یہ عمل بھی کیا تو اللہ نے شفاء دی۔ اب تو میرا اس پر کامل یقین ہے، بہت مددگار دعا ہے۔ علاج کے ساتھ اسے بھی ضرور پڑھیں۔

پریشان حال، مصیبت زدہ کو دیکھ کر پڑھے

حضرت ابوہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا جو شخص کسی (مادی، روحانی) مصیبت زدہ (معذور، پاگل، اغوا، قتل، بلڈ پریشر، ہارٹ اٹیک، ایڈز، ہیپاٹائٹس، فالج کا مریض) کو دیکھے اور یہ دعا پڑھ لے تو اللہ تعالیٰ پڑھنے والے کو اس مصیبت / بیماری سے ضرور محفوظ رکھیں گے۔ انشاء اللہ۔

اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ الَّذِیْ عَافَانِیْ مِمَّا ابْتَلَاکَ بِہٖ وَفَضَّلَنِیْ عَلٰی کَثِیْرٍ مِّمَّنْ خَلَقَ تَفْضِیْلًا O **(بخاری)**

بہت عرصے سے میرا معمول ہے کہ کسی بھی قسم کے مصیبت زدہ کو دیکھتا ہوں تو یہ دعا پڑھ لیتا ہوں۔ ہر جگہ کوئی نہ کوئی مصیبت زدہ نظر آتا ہے اور میں دیکھتے ہی پڑھنا شروع کر دیتا ہوں۔ میرا کامل یقین ہے کہ انشاء اللہ مجھے وہ مصیبت / تکلیف نہیں پہنچے گی اور اکثر مجھے محسوس ہوا کہ اس دعا نے واقعی کام کیا ہے۔

رات کو ڈراؤنے خواب / خیالات سے 100% نجات

قرآن پاک کی آخری 3 سورتیں (سورۂ اخلاص، سورۂ فلق، سورۂ ناس) اکثر کسی وجہ سے ڈراونے خیال، کہانیاں سننے سے یا کسی اور وجہ سے بچپن میں ڈر جاتا تو یہ پڑھتے ہی تمام ڈراونے خیال / خواب یکدم غائب ہوجاتے۔ اب بھی اگر خوفناک خواب آئیں جن وغیرہ یا سانپ ہی سانپ نظر آئیں یا ڈر لگے تو یہ پڑھتے ہی تمام ڈر خوف دور ہوجاتا ہے۔

انجان شخص سے ملنے پر پڑھے، عزت ملے

یَا اَحَدُ، یَا وَدُوْدُ

چھ، سات سال پہلے کسی کتاب سے **یَا اَحَدُ** کے بارے پڑھا کہ کسی سے ملنے سے پہلے ملاقات تک **مسلسل** اس کا ورد کرلیں تو دوسرا بندہ نہایت محبت سے ملے گا اور کام بھی سہولت سے ہوگا انشاء اللہ۔ پھر میرے ایک دوست نے مجھے **یَا وَدُوْدُ** کے بارے بتایا کہ اس کے پیر صاحب نقشبندی رحمۃ اللہ علیہ نے بتایا ہے۔ اب تو میرا اکثر معمول ہے کہ کسی سے بھی ملنے جاتا ہوں تو یہ دونوں اسم پڑھ لیتا ہوں۔ اگلا بندہ نہایت عزت سے پیش آتا ہے۔ یَا اَحَدُ کا یہی فائدہ عبقری میں بھی نظر سے گزر رہا ہے۔

انٹرویو میں باکمال سہولت / آسانی

ابھی تک میں نے اس کا تجربہ تو نہیں کیا مگر میرے ایک جونیئر حافظ صاحب نے بتایا کہ جب اس کا انٹرویو ہوا ''نوکری پکی ہونے کا'' تو اس نے یہ عمل کیا تو ایسے ایسے سوالات پوچھے گئے کہ وہ ہنس پڑتا کہ اتنے آسان سوال......... پھر یہی عمل ہمارے ساتھ کی ایک لڑکی نے کیا۔ بظاہر تو وہ اتنی لائق نہ تھی مگر تین انٹرویو کے بعد وہ گورنمنٹ ادارے میں گریڈ 16 میں بھرتی ہوئی 22 ہزار تنخواہ تھی۔ اس نے بھی انٹرویو میں یہی پڑھا۔ آسان اور کامیاب انٹرویو رہا۔ **عمل یہ ہے:** اعوذ باللہ اور بسم اللہ مکمل پڑھنے کے بعد سورۂ کوثر چار بار پڑھیں۔

ہچکی روکنے کا عمل

اول وآخر درود شریف پھر بسم اللہ پوری پھر سورۂ فاتحہ تین بار پانی پر دم کر کے پئیں مجھے ایک دفعہ مسلسل ہچکی شروع ہوئی، پانی پی لیا، چینی کھالی، سانس بند کر کے دیکھا، کان بند کر کے دیکھے مگر بے سود۔ ایک دن اور دو رات یہ مسئلہ رہا۔ دو لونگ منہ میں چبا کر چوسے، انتہائی کڑوے مگر کچھ دیر بعد کچھ فائدہ پھر وہی، ایک حافظ صاحب نے یہ عمل بتایا کرتے ہی آرام آگیا۔ یوں جیسے جادو ہو۔

اعصابی کمزوری

عبدالرحیم صاحب (اردو بازار لاہور) بتانے لگے کہ ماہنامہ عبقری مارچ 2009 صفحہ نمبر 36 پر اعصابی کمزوری سے نجات کا مضمون ہے۔ میں نے اس چھوٹے سے مگر آسان اور %100 کارگر نسخے پر عمل کیا۔ مگر میں نے صرف رات کے وقت' کھانے کیساتھ استعمال کیا۔ یقین کریں حلفاً بات کہہ رہا ہوں کہ پہلی دفعہ رات کو استعمال کیا تو صبح ہی اس کا اثر محسوس کیا۔ واقعی زبردست ہے۔ جو لکھا سچ تھا۔ ہاتھوں میں جان آگئی۔ بدن چست رہا' پہلے صبح کے وقت اٹھتا تھا تو مٹھیاں بند نہیں ہوتی تھیں (بوجہ کمزوری) اور سستی رہتی تھی مگر ایک ہی دن کے استعمال سے یہ مسئلہ ختم۔ مگر 3/4 دن کے بعد استعمال بند کردیا۔ (بوجہ مصروفیت) تو پہلے والی کمزوری کی شکایت پھر شروع ہوگئی۔ استعمال کریں تو کچھ عرصہ مسلسل استعمال کریں۔

نسخہ: دن کو یا خصوصاً رات کو 5/7 لہسن (تھوم) کی پوتھیاں (لہسن کے چھوٹے ٹکڑے) چھیل کر گھی میں ہلکی آنچ پر براؤن کرلیں کہ کڑواہٹ ختم ہوجائے۔ پھر کوئی بھی چٹخارے دار مصالحہ چھڑک کر روٹی کے ساتھ کھائیں۔ ایک ہفتہ میں تین دن استعمال کریں۔ لہسن کی تعداد آہستہ آہستہ بڑھاتے رہیں۔ پہلی ہی خوراک بدن میں چستی پیدا کریگی۔ ہاتھوں کی گرفت مضبوط اور طاقت عود کر آئیگی۔ انشاءاللہ۔

خاص نفل برائے حاجات

دونوں عمل اکٹھے کریں' بہت خاص نفل ہیں' آزمائیں!

کوئی حاجت پیش آئے تو صلوٰۃ الحاجت ادا کریں' انشاءاللہ حاجت پوری ہوگی۔ بعد نماز عشاء 2 رکعت نماز حاجت اس طرح پڑھیں کہ پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص 11 بار اور دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد 10 بار اخلاص پڑھیں۔ سلام کے بعد بہت بہت خشوع کے ساتھ دعا کریں۔ انشاءاللہ پوری ہوگی۔

☆2 رکعت صلوٰۃ الحاجات' پہلی رکعت میں فاتحہ کے بعد آیۃ الکرسی' دوسری رکعت میں فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص' سلام کے بعد خشوع کے ساتھ لمبی دعا۔ انشاءاللہ حاجت پوری ہوگی۔

اسم یَاحَفِیْظُ سے حفاظت

(رشیدہ خانم' لاہور)

مذکورہ بالا خاتون اپنے تجربات ومشاہدات لکھتی ہیں:۔

میں نے یَاحَفِیْظُ سے بہت نفع پایا جو درج ذیل ہے:۔

☆ ایک دن میرے بیٹے علی نے کتاب کیلئے مجھ سے روپے مانگے میں نے 200 روپے دیئے اور کہا کہ علی یہ بہت بڑی رقم ہے اسے سنبھالنا یہ نہ ہو کہ کوئی بچہ بیگ سے نکال لے۔ علی کہنے لگا نہیں میں ان پر اول وآخر درود شریف اور گیارہ مرتبہ یَاحَفِیْظُ کا دم کر کے جیب میں رکھ لیتا ہوں۔ سکول جاکر 120 روپے کی کتاب لی اور بقایا 80 روپے لیکر بک شاپ سے باہر آیا اسے پتا نہ چلا اور وہ 80 روپے گر گئے ایک بچے نے دیکھ لیا جب علی بہت دور نکل گیا تب وہ بچہ روپے لیکر علی کے پیچھے آیا کہ اپنے روپے لے لو۔ اس طرح یَاحَفِیْظُ کی برکت سے 80 روپے واپس مل گئے۔

☆ اسی طرح علی کے بیگ سے اکثر بچے کوئی کتاب یا کاپی امتحانوں کے نزدیک چرا لیتے تھے۔ مجھے بہت پریشانی ہوتی تھی جب سے درس میں یَاحَفِیْظُ کا ورد آپ نے بتایا ہے' بس اسی دن سے علی رات کو اول وآخر درود شریف اور گیارہ مرتبہ یَاحَفِیْظُ پڑھ کر تمام بیگ پر دم کرتا تھا۔ ایک دن علی نے بتایا کہ ایک کتاب نہیں مل رہی' تین دن سے ڈھونڈ رہا ہوں۔ میرا فلاں دن ٹیسٹ ہے' مجھے نئی کتاب لے کردیں۔ میں نے علی سے کہا کہ اپنے ایمان سے بتاؤ کہ تم رات کو یَاحَفِیْظُ کا دم روزانہ کرتے ہو' علی نے کہا بالکل ناغہ نہیں ہوا میں نے کہا بس اب اللہ خود ذمہ دار ہے کتاب جہاں بھی ہوگی سامنے آجائیگی۔ ٹیسٹ سے ایک دن پہلے ایک بچے کے ہاتھ میں علی کی کتاب نظر آئی اس بچے نے کتاب کے اوپر کا پلاسٹک کور اتار دیا تھا' کتاب کے بیرونی گتے پر علی نے کارٹون سٹیکر لگایا تھا اس بچے نے اسے بھی اتارنے کی کوشش کی جو صاف محسوس ہورہا تھا۔ علی نے اس بچے سے کہا کہ مجھے کتاب دکھاؤ تو اس نے انکار کردیا اور مارنے پر اتر آیا۔ علی نے ٹیچر سے کہا کہ مجھے شک ہے کہ وہ کتاب میری ہے' علی نے مزید بتایا کتاب کے اندر بھی ایک نشانی موجود ہے آپ پہلے بچے سے کتاب لے لیں پھر بتاؤں گا۔ ٹیچر نے بچے سے کتاب لیکر اپنے پاس رکھ لی' پھر علی نے بتایا کہ میرے پیر ومرشد نے یَاحَفِیْظُ کا دم بتایا تھا جو میں روزانہ بستہ پر کرتا ہوں اور مجھے امید تھی کہ کتاب مل جائے گی اور آپ کتاب کے تیسرے صفحے پر دیکھیں میں نے پنسل کے ساتھ یَاحَفِیْظُ لکھا ہوا ہے۔ ٹیچر نے کتاب کھولی واقعی تیسرے صفحے پر یَاحَفِیْظُ لکھا ہوا تھا۔ ٹیچر بھی خوش ہوئی کہ بچہ کا اتنا ایمان پکا ہے اور دوسرے بچے نے بھی قبول کیا کہ واقعی میں نے کتاب چرائی تھی۔

☆ علی چونکہ روزانہ بستہ پر دم کرتا ہے۔ گرمیوں کی چھٹیوں سے ایک دن پہلے یعنی سکول کا آخری دن تھا۔ میرا بیٹا علی اپنے ابو کیساتھ موٹر سائیکل پر گھر آیا جب یہ موٹر سائیکل سے اترا تو اس نے کندھے سے بیگ اتارا تو اس کا ہاتھ بستہ کے نیچے لگا تو اس کا ہاتھ بستہ کے اندر چلا گیا میں گیٹ پر ہی کھڑی تھی میں نے دیکھا بستہ نیچے سے بالکل کٹا ہوا تھا' پیندے سے بالکل سیدھا کٹا ہوا......اور دو حصوں میں تقسیم تھا' میں گھبرا گئی وہ بھی ڈر گیا کہ ماما میری کاپیاں راستے میں نہ گر گئی ہوں۔ میں نے جلدی سے بیگ چیک کیا تو عقل دنگ رہ گئی' حیران کن ہمارے لیے یہ بات بن گئی بیگ کا نچلا حصہ کٹا ہوا ہے اور علی کی چھوٹی چھوٹی چیزیں اسی ترتیب سے رکھی ہوئی ہیں جیسے انہیں کسی نے سہارا دیا ہو۔ اس کا کلر بکس اس کی جیومیٹری بکس تک جما ہوا تھا کاپیوں کا ہلنا تو دور کی بات ہے۔ علی نے اسی وقت سجدہ کیا اور میرے منہ سے اللہ اکبر کی صدا نکل گئی۔ ہے نہ کتنی زبردست بات......کہ یَاحَفِیْظُ کی برکت سے اللہ نے کتنی بڑی پریشانی سے بچالیا۔

☆ علی کرکٹ کھیلتا ہے اس کی گیند 250 کی آتی ہے۔ کبھی تو ایک ہی دن میں گیند گم ہوجاتی ہے' کبھی دوسرے دن' زیادہ سے زیادہ تیسرے دن شاٹ لگتی ہے گیند گم ہوجاتی ہے' کبھی یہ پاپا سے پیسے لیتا ہے' کبھی نانی سے' کبھی نانا سے اور مجھ سے۔ تقریباً مہینے کا دو سے تین ہزار کا خرچہ تھا جس دن سے گیارہ بار یَاحَفِیْظُ کا گیند پر دم کیا ہے ایک گیند خریدی تو بالکل نہیں گم ہوئی۔ ڈھونڈنے پر فوراً مل جاتی ہے۔ گیند پھٹ کر ضائع ہوگئی مگر گم نہیں ہوئی۔ اب میں ہر مہینے تنخواہ پر اسے ایک گیند لے دیتی ہوں جو پھٹ کر ختم ہوتی ہے لیکن گمتی نہیں اور جہاں 2 سے 3 ہزار کا خرچہ تھا یَاحَفِیْظُ کی وجہ سے اس سے بھی جان چھوٹ گئی۔

☆ میرے بچوں کو بلی کا بچہ پالنے کا بڑا شوق ہے لیکن بلی کا بچہ سدھا کر باہر نکالتے تھے' پھر بھی گم ہوجاتا تھا اب میرے گھر میں بلی کے تین بچے پل رہے ہیں۔ تینوں پر یَاحَفِیْظُ کا روزانہ گیارہ بار دم ہوتا ہے بچے کھلے چھوڑے ہوئے ہیں' بڑے بڑے بلے آکر دیوار پر بیٹھتے ہیں لیکن ان کی ہمت نہیں کہ وہ نیچے اتر کر بچوں کو زخمی کرسکیں بچے گھوم پھر کر واپس بھی آجاتے ہیں۔ صرف یَاحَفِیْظُ کی برکت سے............

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: 0343-8710009

ملٹھی بتائے فائدے ہی فائدے

سائرہ نعیم‘ گوجرانوالہ

معدہ میں تیزابی مادہ جمع ہوجانے سے جب درد ہونے لگے اور مریض تڑپنے لگے تو چھ گرام ملٹھی‘ پودینہ اور ایک بڑی الائچی کو دو کپ پانی میں جوشاندہ بنا کر گھونٹ گھونٹ کھانڈ یا نمک ملا کر پلاتے رہنے سے خدا کے فضل سے جلد صحت یابی ہوتی ہے۔ مسکن‘ ملین اور مدربول ہے

ہندوپاک میں ملٹھی کو غذا سے زیادہ دوا کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے۔ مگر اس کے باوجود یہ ہندوپاک کے ہر باورچی خانے میں موجود ہوتی ہے۔ آیورویدک طریقہ علاج کو ماننے والوں کا کہنا ہے کہ قدرت نے تمام بیماریوں کیلئے شفاء کا کوئی نہ کوئی ذریعہ ضرور بنایا ہے اور ملٹھی بھی ان میں سے ایک ہے۔ ملٹھی ایک ایسی میٹھی جڑ ہے جو اپنی مجرباتی اور شفابخش خصوصیات کے سبب آج بھی استعمال کی جاتی ہے۔

خریدنا اور محفوظ رکھنا

ملٹھی کی جڑیں اور زیرزمین تنا فائدہ مند ہے۔ یہ لکڑی کے خشک ٹکڑوں کی طرح ہوتے ہیں جو سخت اور ریشے دار ہوتے ہیں۔ اس میں ایک لمبا پتلا اُبھار ہوتا ہے اور گہرا رنگ ہوتا ہے۔ اس کی خوشبو دوا جیسی اور بہت تیز ہوتی ہے۔ ابتداء میں یہ میٹھی لگتی ہے لیکن کھالینے کے بعد اس کا ذائقہ ہلکا کڑوا محسوس ہوتا ہے بالکل اسی طرح جیسے سیکرین ہوتا ہے۔ اگر ملٹھی کو چباتے رہیں تو اس کا ذائقہ میٹھا ہوتا جاتا ہے۔

ادویاتی استعمال

ملٹھی کو گلے کی سوجن دور کرنے کیلئے چبایا جاتا ہے۔ خشک نزلہ یا زبان پر خراش کی صورت میں پانی میں ملٹھی کی جڑ ملا کر غرارے کرنے سے فائدہ ہوتا ہے چونکہ ملٹھی تیزاب سے ہونے والی جلن کو کم کرتی ہے اس لیے اس کو گیسٹرک السر میں مفید قرار دیا جاتا ہے۔ ملٹھی کے پاؤڈر کو مکھن اور شہد میں ملا کر زخم اور کٹی ہوئی جلد پر لگایا جاتا ہے۔ ملٹھی اور سرسوں کے تیل کو ملا کر پیسٹ بنا کر پاؤں یا انگلی کے کسی حصے کے سخت ہوجانے پر لگایا جائے تو فائدہ ہوتا ہے۔ ملٹھی‘ دودھ اور زعفران کا پیسٹ بنا کر گنج پن اور خشکی کا علاج کیا جاتا ہے۔ ملٹھی مختلف ادویاتی سیرپ اور گولیوں میں ذائقہ پیدا کرنے کیلئے استعمال کی جاتی ہے جبکہ دوران حمل‘ دل اور گردے کی بیماریوں میں اس کا استعمال غیرموافق قرار دیا جاتا ہے۔

6.6 گرام ملٹھی اور سونف ذرا کوٹ کر 370 گرام پانی میں چار پانچ جوش دے کر اس قہوے میں دودھ‘ کھانڈ یا نمک ملا کر صبح و شام پینے سے بھوک زیادہ لگتی ہے‘ بدن چست رہتا ہے‘ پیاس دور اور نزلہ زکام کا خطرہ ٹل جانے کے علاوہ دماغ تروتازہ ہوجاتا ہے۔

معدہ میں تیزابی مادہ جمع ہوجانے سے جب درد ہونے لگے اور مریض تڑپنے لگے تو چھ گرام ملٹھی‘ پودینہ اور ایک بڑی الائچی کو دو کپ پانی میں جوشاندہ بنا کر گھونٹ گھونٹ کھانڈ یا نمک ملا کر پلاتے رہنے سے خدا کے فضل سے جلد صحت یابی ہوتی ہے۔ مسکن‘ ملین اور مدربول ہے۔ کھانسی کو مفید‘ غلیظ اخلاط کو معتدل القوام کرتی ہے۔

(بقیہ: اورنگ زیب کا انصاف)

اگلے روز وہ شخص اپنے بھائی سے آخری ملاقات کے لیے آٹھ بجے قید خانے کے باہر پہنچ گیا۔ اچانک اس نے دیکھا کہ بادشاہ اورنگزیب گھوڑے پر سوار قید خانے کی طرف آرہا ہے۔ قید خانے کے عملے میں شہنشاہ کی اس غیرمتوقع آمد پر کھلبلی مچ گئی۔ بادشاہ سیدھا اندر چلا گیا اور قید خانے کے داروغہ سے پھانسی پانے والے شخص کے کاغذات طلب کیے اور ان پر حکم لکھا ”قاتل کو فوراً رہا کردیا جائے“ قید خانے کا داروغہ اس حکم نامے پر ششدر تھا۔ بادشاہ نے پہلی مرتبہ اپنا سزائے موت کا فیصلہ منسوخ کیا تھا۔ بہرحال بادشاہ کے حکم کے تحت قاتل کو رہا کردیا گیا اور وہ ہنسی خوشی اپنے بھائی کے ساتھ گھر چلا گیا۔ بادشاہ بھی واپس چلا گیا۔

پھانسی کا وقت دس بجے مقرر کیا گیا تھا۔ متعلقہ افسر مجرم کو پھانسی لگانے قید خانے پہنچا تو قید خانے کے داروغہ نے اسے قاتل کی رہائی کے بارے میں سب کچھ بتادیا۔ حاکم نے قید خانے کے داروغہ کی اس بات پر یقین کرنے سے انکار کردیا اور سیدھا محل جا پہنچا۔ وہاں جا کر اسے معلوم ہوا کہ شہنشاہ باہر جانے کیلئے کہیں نکلے ہی نہیں۔ اس کے ہوش اُڑ گئے۔ اس نے فوراً شہنشاہ کو ملاقات کیلئے عریضہ بھیجا۔ اورنگزیب نے اسے بلالیا اور تفصیل سن کر سخت مشتعل ہوگیا اور ساتھ لے کر قید خانے جا پہنچا۔ قید خانے کا داروغہ ڈر کے مارے کانپ رہا تھا۔ اس نے بادشاہ کو بتایا ”آپ اتنی دیر پہلے تشریف لائے تھے اور قاتل کی رہائی کا اس طرح تحریری حکم دیا تھا“ کاغذات پر بادشاہ کے دستخط اور مہر بالکل اصلی تھی۔ قید خانے کا داروغہ بے قصور تھا۔ بادشاہ نے دُکھ سے صرف اتنا کہا ”ہم نے قاتل کو سزا دیئے بغیر چھوڑ دیا۔“ کچھ دیر سوچنے کے بعد گویا بادشاہ معاملے کی تہہ تک پہنچ گیا۔ اس نے قید خانے کے داروغہ سے پوچھا ”ہم قاتل کو آزاد کرنے کے بعد کس طرف واپس گئے تھے“ قید خانے کے داروغہ نے اس سمت اشارہ کیا۔ بادشاہ بڑی تیزی سے گھوڑے پر اسی سمت روانہ ہوگیا۔ گھوڑا بہت تیزی سے دوڑ رہا تھا۔ اب وہ شہر سے باہر ویرانے میں داخل ہوچکا تھا۔ کچھ آگے جا کر اس نے دیکھا کہ ایک مجذوب دوڑتا ہوا جارہا ہے‘ وہ خوفزدہ ہے اور بار بار مڑ کر پیچھے دیکھ رہا ہے۔ بادشاہ کے گھوڑے نے اسے جلد ہی جالیا وہ سر جھکائے خاموش کھڑا تھا۔ اورنگزیب نے مجذوب سے پوچھا نظام میں خلل ڈالنے کی سزا معلوم ہے؟ مجذوب نے جواب میں ایک لفظ کہا ”موت“ پھر ایسا کیوں کیا؟ بادشاہ نے پوچھا: ”وعدہ کرچکا تھا“ مجذوب نے مختصر جواب دیا۔ ”اب اپنی گردن پیش کرو“ بادشاہ نے حکم دیا۔ مجذوب نے گردن بڑھادی۔ بادشاہ کی تلوار لہرائی اور مجذوب کا سر تن سے جدا ہو کر دور جا گرا۔

سیدنا حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ کا مختصر مگر جامع تذکرہ

☆ جن کی تربیت خاتم النبیین ﷺ کے گھر میں ہوئی۔ ☆جنکو زمانہ طفولیت میں ہی اسلام نصیب ہوا۔ ☆ جن کو حضور علیہ السلام نے اپنا بھائی قرار دیا۔ ☆ جن کو حضور علیہ السلام نے عشرہ مبشرہ میں شمار فرمایا۔ ☆ سیدہ فاطمۃ الزہرہ رضی اللہ عنہا کے ساتھ جن کا نکاح ہوا۔ ☆ جن کا درجہ السابقون الاولون میں قرار دیا۔ ☆ جو جوانی کے دور میں اس قدر بہادر مشہور ہوگئے کہ آپ کا لقب اسد اللہ تجویز کیا گیا۔ ☆ جن کی زندگی کا دور بت پرستی سے پاک رہا۔ ☆ جن کو غزوہ تبوک کے موقع پر سرور کائنات ﷺ نے گھر والوں کیلئے خلیفہ مقرر فرمایا۔ ☆ جن کی محبت کو رحمت دو عالم ﷺ نے اپنی محبت قرار دیا۔ ☆ جن کے بغض کو احمد مجتبیٰ ﷺ نے اپنا بغض قرار دیا۔ ☆ سیدنا فاروق اعظم رضی اللہ عنہ نے جن کو بہترین فیصلے کرنے والا تسلیم کیا۔ ☆ حضرت عبداللہ ابن عباس رضی اللہ عنہ نے جن کے فیصلوں کی تصدیق فرمائی۔ ☆ سرزمین خیبر میں جن کی آنکھ مبارک پر رسول کریم ﷺ نے لعاب مبارک لگایا۔ ☆ جو علم قرآن میں مہارت تامہ رکھتے تھے۔ ☆ تلاوت قرآن شب و روز جن کا مشغلہ تھا۔ ☆ خدمت حدیث کے سلسلے میں جنہوں نے فخر الانبیا ﷺ سے 586 حدیثیں روایت فرمائی ہیں۔ ☆ جن سے صحابہ کرام اور تابعین عظام کے جم غفیر نے حدیثیں روایت کیں۔ ☆ جن کے حسن تدبر کی وجہ سے کوفہ صحابہ کرام رضی اللہ عنہم اجمعین کی چھاؤنی بن گیا۔ ☆ جنہوں نے اہالیان کوفہ کی اصلاح کیلئے حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ کو مقرر فرمایا۔ ☆ جن کی مساعی جمیلہ کی برکت سے ہزاروں محدثین کوفہ کی سرزمین سے پیدا ہوئے۔ ☆ جن کے جسم سے شجاعت کے آثار نمایاں تھے۔ ☆ جو خشیت الٰہی کی وجہ سے اکثر اشکبار رہتے تھے۔ ☆ جنہوں نے جنگلات پر محصول لگا کر بیت المال کیلئے چار ہزار سالانہ کی آمدنی اور بڑھادی۔ ☆ جنہوں نے عمال کے اخلاق کی کڑی نگرانی فرمائی۔ ☆ جنہوں نے تحریری باز پرس کے علاوہ تحقیقاتی کمیشن مقرر فرمایا۔ ☆ بازار میں جا کر ناپ تول کی دیکھ بھال کرنا جن کا شعار تھا۔ ☆ جنہوں نے امیر المومنین ہوجانے کے باوجود اپنے لیے ساری عمر کوئی عمارت نہ بنوائی۔ ☆ جن کے متعلق سیدہ عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہ کا مقولہ مشہور ہے کہ سیدنا علی رضی اللہ عنہ قائم اللیل اور صائم النہار تھے۔ ☆ جو بھولے بھٹکوں کو راستہ بتادینا اپنے لیے قابل فخر سمجھتے تھے۔

ڈاکٹر محمد زاہد الحق قریشی‘ لاہور

وہ والدین جو اولاد کے دشمن ہیں

لاہور سے اکرم صاحب کو اپنی بیٹی کا فون موصول ہوا کہ میرا اب اپنے خاوند کے ساتھ بالکل گزارہ نہیں ہوسکتا۔ انہیں خدا جانے کس نے پٹی پڑھائی ہے کہ انہوں نے ڈاڑھی رکھ لی ہے‘ شلوار ٹخنوں سے اوپر کرلی ہے اور مجھے بھی کہتے ہیں کہ شرعی پردہ کرو۔ مجھے فوراً طلاق دلوائیں

عنوان پڑھ کر انسان سوچنے پر مجبور ہوجاتا ہے کہ کیا والدین بھی اولاد کے دشمن ہوسکتے ہیں؟ چند مثالیں ملاحظہ فرمائیں۔

’’کچن سے کسی چیز کے ٹوٹنے کی آواز آئی لگتا تھا کہ کچھ برتن ٹوٹ گئے ہیں۔ اسماء اس وقت کچن میں برتن دھو رہی تھی اس کی والدہ بھاگی بھاگی کچن میں آئیں آ کر دیکھا نئے امپورٹڈ ڈنرسیٹ کی پلیٹ ٹوٹی پڑی تھی۔ انہوں نے آؤ دیکھا نہ تاؤ جھٹ اسماء کے تڑاخ تڑاخ دو تھپڑ ماردیئے اور پھر اسے خوب بُرا بھلا کہا کہ کیا ہاتھوں میں جان نہیں ہے۔ اتنے قیمتی ڈنرسیٹ کا ستیاناس کرکے رکھ دیا۔ یہ لڑکی دھیان سے کام کرتی ہی نہیں‘ جب دیکھو نقصان کردیتی ہے‘ دوسرے گھر جائیگی تو کیا کرے گی؟

روتی اسماء نے گلاس میں پانی بھرا اور کھڑے کھڑے الٹے ہاتھ سے پکڑے گلاس کو ایک سانس میں پی کر خالی کردیا۔ ماں دیکھتی رہی اور کچھ نہ بولی کہ بیٹی اس ڈنرسیٹ سے زیادہ قیمتی نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کی تین سنتیں تو نے ایک لمحہ میں توڑ دیں۔ اس پر ماں کو ذرا بھی صدمہ نہ ہوا۔ یہ ماں اپنی بیٹی کے حق میں کتنی ظالم ہے کہ اسے بیٹی کی آخرت والی زندگی کی کچھ پرواہ ہی نہیں ہے۔‘‘

’’احمد کے ابو غصے سے ٹہل رہے تھے‘ اس وقت رات کے نو بج رہے تھے‘ مگر احمد ابھی تک گھر نہیں آیا تھا‘ اس کے ابو عشاء کی نماز باجماعت ادا کرکے آئے تو احمد کو گھر نا پا کر سیخ پا ہوگئے‘ احمد کے میٹرک کے امتحانات قریب تھے اور وہ نہ جانے دوستوں کے ساتھ کہاں گیا ہوا تھا؟ اب احمد جونہی گھر داخل ہوا اس کے ابو نے اس کی خوب خبر لی کہ میں محنت کرکے پیسے کماتا ہوں‘ بھاری فیسیں ادا کرکے پڑھوا رہا ہوں‘ اگر فیل ہوگئے تو دوبارہ شکل نہ دکھانا۔ احمد روتا ہوا سیدھا اپنے بستر میں جا گھسا۔ اس کی والدہ سخت پریشان تھیں کہ احمد کھانا کھائے بغیر سوگیا ہے۔

لیکن نہ تو اس کے والد کو یہ خیال آیا کہ میں نے تو نماز پڑھ لی مگر بیٹے کی نماز کا کیا بنا؟ نہ ہی والدہ نے سوچا کہ پیارا بیٹا بھوکا سوگیا ہے اس کی تو فکر ہے مگر بیٹا بغیر نماز پڑھے سوگیا ہے اور اگلے جہان میں جہنم کی آگ میں جلے گا اس سے کیسے نجات ہوگی اس کی کوئی فکر نہیں ہے۔‘‘

’’لاہور سے اکرم صاحب کو اپنی بیٹی کا فون موصول ہوا کہ میرا اب اپنے خاوند کے ساتھ بالکل گزارہ نہیں ہوسکتا۔ انہیں خدا جانے کس نے پٹی پڑھائی ہے کہ انہوں نے ڈاڑھی رکھ لی ہے‘ شلوار ٹخنوں سے اوپر کرلی ہے اور مجھے بھی کہتے ہیں کہ شرعی پردہ کرو۔ مجھے فوراً طلاق دلوائیں۔ اکرم صاحب نے جواب دیا بیٹی تم فوراً ملتان آجاؤ اس کا تو دماغ خراب ہوگیا ہے۔ یعنی جو شخص نبی کریم ﷺ کی سنتوں کے مطابق زندگی گزارنے کا ارادہ کرے اس کا دماغ خراب اور جو یہود و نصاریٰ کا طرز زندگی اپنائے وہ بالکل درست‘ یہ بڑے فکر کی بات ہے۔‘‘

ہمارا معاشرہ ایسی بے شمار مثالوں سے بھرا پڑا ہے کہ والدین اپنی اپنی نمازیں پڑھ کر اولاد کی طرف سے غافل ہوجاتے ہیں وہ کسی بھی لحاظ سے اپنی اولاد کے دوست نہیں کہلا سکتے۔ کلمہ طیبہ پڑھ کر اپنے یقین کو تبدیل کرنا ہوگا کہ ہماری دونوں جہانوں کی مکمل کامیابی اللہ تعالیٰ کے احکامات کو نبی کریم ﷺ کے طریقہ کے مطابق پورا کرنے میں ہی ہے۔ غیروں کے طریقہ میں ناکامی ہے۔ اس یقین کو بنانے کیلئے عملی مشق اپنے تمام گھر والوں کو کروانے والے والدین ہی اپنی اولاد کے حقیقی دوست اور ہمدرد ہیں۔

مجھے شفاء کیسے ملی؟

ان سب بہنوں کیلئے جن کو ماہواری کے دنوں میں پیٹ میں شدید درد ہوتا ہے۔ یہ ہی مسئلہ میرے ساتھ تھا‘ مجھے اتنی شدید پیٹ میں درد ہوتی تھی کہ انجکشن کے بغیر ٹھیک نہیں ہوتی تھی۔ کتاب مجھے شفاء کیسے ملی؟ سے صفحہ نمبر 197 پر سے میں نے وہ نسخہ بنایا اور اس دن کے بعد آج تک مجھے شدید درد نہیں ہوا۔ ماہواری آنے سے 6-7 دن پہلے لے لیا کریں۔ انشاء اللہ اللہ کے فضل سے درد نہیں ہوگا۔ نسخہ یہ ہے: میتھی‘ سونف‘ ہلدی ان تینوں چیزوں کو ہموزن لیکر پیس کر سفوف بنالیں اور پانی سے صبح و شام ایک ایک چمچ استعمال کریں۔ انشاء اللہ درد نہیں ہوگا اور کھل کر ماہواری آئے گی۔ یہ بہت مجرب نسخہ ہے۔ **(بہن محمد ارشد‘ وہاڑی)**

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہٗ پڑھاتے ہیں‘ قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔ تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 27 نومبر بروز اتوار کو ہوگا)

حضرت ابراہیم بن ادہم رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں میں نے راستے میں ایک پتھر پڑا ہوا دیکھا اس پر لکھا تھا مجھے الٹ کر پڑھیں‘ میں نے الٹا کر پڑھا اس پر لکھا تھا تو جانی ہوئی چیز پر عمل نہیں کرتا پس تو کیسے اس چیز کو ڈھونڈتا ہے جسے تو نہیں جانتا۔ حضرت انس بن مالک رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ علماء کا کام علمی باتوں میں غور و خوض کرنا جہلاء کا کام ان باتوں کو نقل کرنا ہے اس لیے جہالت کے لوازم عالموں میں نہیں ہوتے اور جو لوگ علم سے مرتبہ اور دنیا کی عزت طلب کرتے ہیں وہ عالم نہیں ہوتے کیونکہ مرتبہ اور دنیا کی عزت جہالت کے لوازم میں سے ہے اور کوئی درجہ علم کے درجے سے بلند نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ اگر علم نہ ہو انسان کسی بھی لطیفہ رحمانی کو پہچان نہیں سکتا اور جب علم موجود ہو تو سب مقامات اور مشاہدات اور مراتب کے مقابل ہوتا ہے۔

پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی اٹھارویں نسل میں (یہاں ایک بات ضمناً عرض کرتا جاؤں کہ اب تک پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کے بارے میں 82 کتب میری نظر سے گزر چکی ہیں جن میں سے اکثر میں شیخ کے لاولد ہونے کے متعلق لکھا ہے اور بعض میں لکھا ہے کہ شیخ نے شادی ہی نہیں کی۔ عمومی کتب میں آپ کے لاولد ہونے کے بارے میں لکھا ہے۔ بعض مضبوط اور مستند روایات میں یہ بات آتی ہے اور میرے حضرت رحمۃ اللہ علیہ کی کشفی روایات میں ہے کہ وہ فرماتے تھے کہ میں نے خود پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ سے پوچھا کہ شیخ میں اگر لوگوں کو اپنا تعارف کرواتا ہوں تو وہ کہتے ہیں کہ حضرت علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی اولاد تھی ہی نہیں تو پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا کہ میری اولاد اور میری بیوی وہیں غزنی میں رہ گئے تھے اور تم بھی انہی میں سے ہو۔ دوسری بات یہ ہے کہ اللہ پاک نے پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کو حضور ﷺ اور صحابہ رضی اللہ عنہم اجمعین کے امت کیلئے غم میں سے کچھ حصہ عطا فرمایا تھا۔) ایک بزرگ گزرے ہیں شیخ مصطفیٰ بن یحییٰ المختروی میرے حضرت حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے تھے کہ مجھے یہ اعزاز حاصل ہے کہ میں پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی 40 ویں پشت میں سے ہوں۔ شیخ مصطفیٰ **(باقی صفحہ نمبر 45 پر)**

یوگا' فٹنس اور تندرستی کے راز

عرفان محمود

کسی طرح کی بھی ورزش کرنے سے پہلے مناسب انداز میں وارم اپ یعنی جسم کو گرم کرنا ضروری ہے۔ جسمانی لچک بھی صحت کیلئے اتنی ہی ضروری ہے جتنی کہ ایروبک اور قوت بخش ورزشیں۔ اکثر ایروبک ورزشوں میں جسم کے تمام عضلات استعمال نہیں ہوتے

عام طور پر ورزش کے کسی پروگرام پر عمل کرنے والے افراد آغاز میں پُرجوش ہوجاتے ہیں اور خود کو جسمانی لحاظ سے بہت زیادہ سرگرم کرلیتے ہیں۔ بے شک گھر میں ست پڑے رہنے سے متحرک رہنا بہتر ہوتا ہے لیکن شروع ہی میں بہت زیادہ ورزش کسی زخم یا چوٹ کا باعث بھی بن سکتی ہے اس کا ایک نتیجہ یہ بھی ہوسکتا ہے کہ ابتدائی دنوں ہی میں آپ اپنی ساری توانائی صرف کرڈالیں اور اس کے بعد ورزش سے بالکل ہی تائب ہوجائیں۔ ورزشی عضویات (ایکسرسائز فزیالوجی) کے ایک ماہر جیمس ایم رپ کا کہنا ہے کہ نئے ورزش کاروں کو چند ہدایات پر عمل کرنا چاہئے جس سے نہ صرف وہ چاق وچوبند رہ سکتے ہیں بلکہ ورزش کے پروگرام کو بھی مستقل بنیادوں پر جاری رکھ سکتے ہیں۔ یہ ہدایات نہ صرف عقلی ہیں بلکہ تحقیق بھی ان کی سفارش کرتی ہے۔

معالج کی رضامندی حاصل کیجئے

آپ نے ورزش حال ہی میں شروع کی ہو یا ایک عرصے سے اسے معمول بنا رکھا ہو دونوں صورتوں میں بہتر ہے کہ معالج سے باقاعدہ معائنہ کراتے رہیں۔ ست اور ہروقت بیٹھے رہنے والے افراد کیلئے یہ ضروری ہے کہ کسی بھی قسم کی ورزش شروع کرنے سے پہلے معالج سے اپنا مکمل معائنہ کرالیں تاکہ کسی صحیح مسئلے کی صورت میں معالج آپ کیلئے مناسب احتیاطیں اور ورزش کی شدت اور مدت کا تعین کرسکے۔

ورزش سے پہلے اپنے جسم کو کھولیے

کسی طرح کی بھی ورزش کرنے سے پہلے مناسب انداز میں وارم اپ یعنی جسم کو گرم کرنا ضروری ہے۔ جسمانی لچک بھی صحت کیلئے اتنی ہی ضروری ہے جتنی کہ ایروبک اور قوت بخش ورزشیں۔ اکثر ایروبک ورزشوں میں جسم کے تمام عضلات استعمال نہیں ہوتے اور یوں ورزش کے نتیجے میں پیدا ہونے والی لچک اور مضبوطی غیرمتوازن ہوسکتی ہے جس سے جسمانی ضرر اور تکلیف کا احتمال پیدا ہوجاتا ہے۔ لہٰذا ورزش سے پہلے کم ازکم پانچ منٹ تک لچک دار حرکات اور ہلکی پھلکی اچھل کود کے ذریعے سے سر سے پاؤں تک جسم کے تمام عضلات کو بیدار اور گرم (وارم اپ) کرنا چاہیے۔

اسی طرح ورزش کے بعد بھی جسم کو ڈھیلا چھوڑنا اور ورزش میں آہستہ آہستہ کمی کرنا ضروری ہوتا ہے۔ ورزش کے بعد جب جسم کا درجہ حرارت کم ہوتا ہے تو اس وقت عضلات مضبوط ہوتے ہیں اور ورزش کے بعد جسم کو کھینچنے سے عضلات میں طاقت آتی ہے اس طرح آئندہ پہنچنے والے ممکنہ ضرر سے بھی بچا جاسکتا ہے۔ معمول کی ورزش کے مراحل کو بہ تدریج طے کرنا چاہیے اور ورزش ختم کرتے ہوئے بھی جسمانی حرکات میں آہستہ آہستہ کمی لانی چاہیے تاکہ قلب اور دیگر اعضاء کو معمول پر آنے میں آسانی ہو۔

اعتدال دانش مندی ہے: ورزش کے دورانیے اور شدت میں اعتدال سے کام لینا چاہیے۔ ورزش کے دوران آپ کے جسم کو آرام کا موقع ملنا چاہیے۔ مسلسل اور طویل ورزش فائدے کے بجائے نقصان دے سکتی ہے۔ مطلوبہ فوائد حاصل کرنے اور خود کو غیرمعمولی تھکن سے بچانے کیلئے بہتر یہ ہے کہ ورزش ایک دن چھوڑ کر کی جائے۔ مطالعوں سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ 30 منٹ کی ورزش اور 45 منٹ کی ورزش کے فوائد میں بہت معمولی فرق ہوتا ہے تاہم کسی جسمانی چوٹ یا نقصان کا احتمال 45 منٹ کی ورزش میں زیادہ ہوتا ہے۔

اتنی زیادہ ورزش نہ کیجئے کہ آپ بالکل بے دم اور نڈھال ہوجائیں۔ ورزش کے بعد ''گفتگو کرسکنا'' اس بات کو جانچنے کا ایک اچھا پیمانہ ہے کہ آپ نے ورزش اعتدال کے ساتھ کی ہے یا نہیں۔ ایک معتدل ورزش کے بعد آپ کو اس قابل ہونا چاہیے کہ آپ باآسانی بول سکیں اگرچہ یہ ضروری نہیں کہ آپ روانی کے ساتھ بول سکیں۔ زیادہ سے زیادہ حرارے جلانا مقابلوں میں حصہ لینے والے ورزش کار کیلئے مفید اور ضروری ہوسکتا ہے لیکن اس میں زیادتی سے عضلات میں اینٹھن' کندھوں میں درد' ٹانگوں میں ورم' کہنیوں پر غیرمعمولی دباؤ اور درد کمر لاحق ہوسکتا ہے۔ ورزش کے دوران اگر آپ کوئی تکلیف یا بے سکونی محسوس کریں تو ورزش کو کم یا ختم کردیں تاہم یہ خیال رہنا چاہیے کہ تھوڑی بہت اینٹھن اور درد قدرتی بات ہے۔

ورزش میں اعتدال کیلئے قلب کی رفتار پر نظر رکھنا بھی ضروری ہے۔ اس سے آپ اپنی ورزش کی شدت اور فوائد کا اندازہ لگاسکتے ہیں۔ نبض کے ذریعے سے ہر دس سیکنڈ میں ہونے والی دھڑکن شمار کریں اور اس تعداد کو چھ سے ضرب دے کر آپ ایک منٹ میں دھڑکنوں کی تعداد حاصل کرسکتے ہیں۔ اگر آپ نوآموز ہیں یعنی نئے نئے ورزش کرنے والے ہیں تو آغاز میں اتنی ورزش کریں کہ قلب کی زیادہ سے زیادہ رفتار میں 60 فیصد تک اضافہ ہو۔ اس کے بعد آپ بتدریج 70 سے 85 فیصد اضافے تک جاسکتے ہیں۔

اگر آپ جسمانی وزن کم کرنا چاہتے ہیں تو 30 منٹ سے ایک گھنٹے تک کی ورزش میں رفتار قلب کی زیادہ سے زیادہ شرح میں 50 سے 70 فیصد سے زیادہ اضافہ نہیں ہونا چاہیے تاکہ زیادہ سے زیادہ حرارے جلائے جاسکیں۔

ورزش کیلئے مناسب لباس: گرم موسم میں ایسے لباس کا انتخاب کیجئے جس میں سے ہوا بآسانی داخل ہوسکے۔ ایسے لباس جسم کو ورزش کے ماحول سے ہم آہنگ ہونے میں مدد دیتے ہیں۔ سرد موسم میں لباس پر لباس اس طرح پہنیے کہ آپ ضرورت کے مطابق کچھ لباس اوپر سے اتار سکیں یا مزید پہن سکیں۔ ورزش کیلئے موزوں جوتوں کا انتخاب بھی اہم ہے کیونکہ کسی بھی قسم کی ورزش میں آپ کے پیروں کا کردار بہت بنیادی ہوتا ہے۔

موزوں غذا کا اہتمام کیجئے: ورزش کے پروگرام کے دوران اپنے کھانے پینے کو نظرانداز کرنا عقل مندی نہیں۔ بہت سے لوگ کافی مقدار میں مرکب نشاستوں (کمپلیکس کاربوہائیڈریٹ) کا استعمال نہیں کرتے جو کہ ورزش کاروں کیلئے بہت ضروری ہوتے ہیں' البتہ چکنائی کے روزمرہ استعمال میں احتیاط کرنی چاہیے۔ یکساں مقدار میں چکنائی نشاستوں کے مقابلے میں دگنے حرارے رکھتی ہے۔ اس طرح سیر شدہ چکنائی بھی کولیسٹرول میں کمی کو روکتی ہے۔

اچھی صحت کیلئے ورزش (جاگنگ' سائیکلنگ وغیرہ) کے ساتھ ساتھ مناسب مقدار میں غذا' بہت سا آرام' جسم کو نرم اور ڈھیلا چھوڑنا اور پانی کا زیادہ استعمال بہت اہمیت رکھتے ہیں۔ اس کے علاوہ تمباکو نوشی اور بسیار خوری جیسی مضر عادات کو ترک کیے بغیر بھی اچھی صحت اور تندرستی حاصل کرنا ممکن نہیں۔

مسافران آخرت

حضرت حکیم صاحب کے مخلص دوست وساتھی اور بزرگ حاجی افضل صاحب کی اہلیہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

عبقری کے مخلص ساتھی محمد قاسم صاحب اچھرہ والے کی ہمشیرہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

حضرت حکیم صاحب کے ہمسائے مرزا وسیم صاحب کی والدہ قضائے الٰہی سے وفات پاگئی ہیں۔

قارئین سے ایصال ثواب کی خصوصی درخواست ہے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر ____

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں، قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اس دفعہ رمضان المبارک میں تو واقعی ختم قرآن کے اتنے سلسلے چلے کہ خود میں تھک گیا۔ آخر میں انسان ہوں اور وہ قوم جنات' میں اپنی مصروف زندگی میں ان کا ساتھ کیسے دے سکتا ہوں۔ لیکن ہر جن کا اصرار یہی تھا کہ آپ ہمارے ختم القرآن میں آئیں۔ مجبوراً مجھے جانا پڑا۔ ادھر میں تراویح پڑھ کے جسم ٹوٹا تھکا اپنے گھر آتا پانی کے چند گھونٹ پیتا' ادھر ان کا تقاضا کہ ہمارے ہاں ختم القرآن پر چلیں۔ بعض راتیں تو ایسی تھیں کہ ایک ایک رات میں مجھے نو نو ختم القرآن کی مجالس میں حاضری دینی پڑی اور بعض اوقات سحری مجھے جنات کے پاس کرنی پڑی۔ میں جو چیز خاص طور پر آپ حضرات کو بتانا چاہوں گا وہ اُن حضرات کا قرآن سے تعلق' قرآن سے محبت اور قرآن سے الفت ہے میرا مشاہدہ اور سو فیصد مشاہدہ یہی ہے کہ جتنے بڑے بڑے قاری علماء محدثین' مفسرین اور قرآن کو پڑھنے اور سمجھنے والے جنات کے پاس ہیں شاید انسانوں میں صدیوں میں بھی پیدا نہ ہوئے ہوں۔

میں ایک کم علم رکھنے والا شخص لیکن میری تقریر کو وہ ایسی دل گرفتگی اور شوق سے سنتے ہیں کہ ان پر گریہ اور آنسو جاری ہو جاتے ہیں اور بعض اوقات سسکیاں اور اکثر آہ و بکا کی آوازیں بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ حتیٰ کہ ابھی تیرہ رمضان کو درس قرآن اور تقریر کے دوران میں نے جنات کے بچوں کو روتے ہوئے دیکھا پھر میرے اندر ایک خیال آیا کہ میرے اندر تو قوت تاثیر نہیں ہے بس ان حضرات کا قرآن سے لگاؤ اور محبت ہی ہے جس نے انہیں اتنا ذوق عطا کیا ہے اور یہ ذوق واقعی ان کے اندر بہت زیادہ ہے۔

اسی رمضان میں **کل من علیہا فان** ......کی تفسیر میں نے بیان کی بس اللہ پاک کی طرف سے مضامین کی آمد تھی اور میں بیان کرتا چلا گیا بس بیان کیا تھا اللہ کی طرف سے کچھ تو جہات تھیں۔ اتنی آہ و بکا تھی اور اتنا رونا تھا کہ کئی دفعہ مجھے خاموش ہونا پڑا کہ خود میری آواز اُس رونے میں دب گئی۔ اور مجھے چپ کرانا پڑا۔ ایک بار تو میں نے حاجی صاحب کے بیٹے عبدالسلام کی ذمہ داری لگائی کہ وہ ان حضرات کو چپ کرائیں۔ لیکن وہ چپ ہو ہی نہیں رہے تھے موت کا تذکرہ' آخرت کا تذکرہ' قبر کا تذکرہ اور خاتمہ بالخیر یہ ان حضرات کیلئے ایک جان لیوا مضمون اور منظر تھا خود مجھے ایک ایسا احساس ہوا کہ موت کی حقیقت کو جتنا مسلمان جنات جانتے ہیں شاید ہم مسلمان انسان بھی کم جانتے ہیں۔ اسی تقریر کے بعد ایک بوڑھا جن جس نے اپنی عمر ساڑھے سترہ سو سال بتائی اور ساتھ والے جنات نے اس کی تصدیق بھی کی اور انوکھی بات یہ ہے کہ ساری زندگی اس کی سومنات کے مندر کے پجاری کے طور پر گزری کوئی دوست اس کو میری تقریر سنوانے کیلئے وہاں سے لایا تھا۔ جب اس نے **کل من علیہا فان** ......کی تفسیر اور موت' جہنم' قبر آخرت کا تذکرہ سنا تو اس کی چیخیں نکل گئیں۔

بعد میں میرے پاس آیا اور کہنے لگا میں مسلمان ہونا چاہتا ہوں اور میں نہیں بلکہ میرے ساتھ سومنات کے اور جنات پجاری بھی مسلمان ہونا چاہتے ہیں میں نے ان سب کو بلوالیا ہے میں نے انہیں کلمہ شہادت پڑھایا' ایمان کی شرائط پڑھائیں اور ساتھ بیٹھے ایک عالم جن جن کا نام نعمان تھا انہیں تاکید کی کہ ان کے قبیلے میں جا کر انہیں اسلام ایمان اور اخلاق سکھائیں جس وقت میں انہیں کلمہ پڑھا رہا تھا وہ ہندو جنات کا ایک بہت بڑا گروہ تھا جب میں نے ان کی زبانوں سے کلمہ شہادت سنا میں خود بہت پھوٹ پھوٹ کر رویا کہ یا اللہ میں اس قابل کہ صدیوں پرانے سومنات کے پجاری میرے ہاتھوں کلمہ پڑھیں اور انہیں ایمان کی دولت نصیب ہو یہ تو نے کتنی بڑی سعادت میرے ہاتھوں لکھی ہے وہ ایسا جھوم جھوم کر کلمہ پڑھ رہے تھے کہ خود میرا دل یہی چاہ رہا تھا کہ میں بھی کلمہ پڑھتا رہوں آنسو تھے کہ تھمنے کا نام نہیں لے رہے تھے اور ان کی چیخیں اور توبہ عرش الٰہی کو ہلا رہی تھیں۔ آخر میں ایک بار انہوں نے پھر دعا کا تقاضا کیا اب جو دعا ہوئی دل کی کیفیت ہی کچھ اور تھی اور ان حضرات کی آمین...... ظاہری طور پر بھی اور دل میں بھی ایک احساس ہو رہا تھا کہ اللہ **جل شانہٗ** نے میری دعا کو سن لیا قبول فرمالیا' عرش الٰہی پر اٹھالیا ان میں سے ہر جن کو میں نے ابتدائی سبق پانچ کروڑ دفعہ کلمہ پڑھنے کا دیا کہ پانچ کروڑ دفعہ کلمہ پڑھ کر پھر مجھ سے آئندہ سبق لیں اور باقی اپنی دینی زندگی عالم دین نعمان صاحب سے سیکھتے رہیں۔

جب میں اٹھ رہا تھا چونکہ اتنے لاکھوں جنات سے میں مصافحہ نہیں سکتا تھا تو میں نے سب سے اجتماعی سلام کہا اور جب وعلیکم السلام کا جب میں نے جواب سنا تو دل میں ایک احساس سا ہوا کہ یا اللہ انہوں نے مجھ پر سلام بھیجا ہے اے اللہ اپنی بارگاہ کو اپنی میں قبول فرما کر پوری امت کو سلامتی پورے عالم کو سلامتی اور ہمارے ملک کو سلامتی عطا فرما۔ ویسے بھی جناتی دنیا میں سلام کرنے کا ذوق بہت زیادہ ہے۔ مجھے ایک بوڑھے جن نے جس کو میں نہیں جانتا لیکن وہ مجھ سے بیعت ہے۔ ایک دفعہ بتایا جس کھانے سے پہلے اکیس دفعہ یَاسَلَامُ پڑھ لیا جائے یا دوائی کھانے سے یا کھانا کھانے سے پہلے یا کسی سفر سے پہلے یا کسی کام سے پہلے یا کسی مہم سے پہلے یا کسی مقصد سے پہلے اکیس دفعہ یَاسَلَامُ پڑھ لیا جائے وہ کھانا شفاء اور صحت بن کر' وہ دوائی شفاء و صحت حتیٰ کہ بہت جلد وہ دوائی چھوٹ کر مکمل شفاء یابی ہو جاتی ہے اور جس مہم میں جائے' جس مقصد کیلئے جائے وہاں کی تکلیفوں سے دور ہو کر خیریں اس کا مقدر ہو جاتی ہیں اور برکتیں اور رحمتیں اس کے قدم چومتی ہیں اور مزید بوڑھے جن نے بتایا کہ جو شخص گھر میں داخل ہوتے ہوئے صرف پانچ یا سات بار یَاسَلَامُ پڑھے گا گھر سے جھگڑے' تکلیفیں بیماریاں پریشانیاں اور مسائل ختم ہو جائیں گے' مشکلیں ختم ہو کر آسانیاں اور برکتیں اس گھر میں آجائیں گی اور واقعی میں نے جس جس کو یہ دونوں عمل بتائے اور جس نے بھی کیے انہوں نے اس کے کمالات سو فیصد پائے بلکہ اس سے بھی زیادہ پائے۔ **(جاری ہے)**

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں' مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف' عملیات یا طب و حکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں' بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں' پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ **(فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)**

محمد وسیم لاہور

گھونگھے اور مکڑی کیسے سفر کرتے ہیں

بعض اوقات مکڑیاں ان پلوں پر بیٹھی رہ جاتی ہیں اور یہ پل ہوا کے زبردست جھونکوں سے فضا میں اڑ جاتے ہیں اور اس مکڑیاں فضائے بسیط میں ''پروں'' کے بغیر پرواز کر کے سینکڑوں میل کا سفر طے کر لیتی ہیں۔ کبھی کبھی مکڑیوں کے بنائے ہوئے یہ پل ہم انسانوں کو نظر بھی آجاتے ہیں

جانوروں کی دنیا جتنی وسیع اور ہمہ گیر ہے اتنی ہی عجائب اور غرائب سے بھرپور بھی ہے۔ یہاں قدم قدم پر آپ کو اتنے حیرت انگیز تماشے نظر آئیں گے کہ آپ بے ساختہ ان حقیر کیڑے مکوڑوں کی ذہانت کو خراج تحسین ادا کریں گے جو قدرت نے انہیں عطا کی ہے۔ سفر کے دوران میں اکثر حشرات الارض سرنگیں' پل اور لمبی لمبی سڑکیں بناتے چلے جاتے ہیں۔ اس معماری کے بغیر ان کا سفر مکمل ہوتا ہے نہ ان کی جان محفوظ سمجھی جاتی ہے۔

کیا آپ نے کبھی گھونگھے کو سفر کرتے دیکھا ہے؟ اکثر دیکھا ہوگا۔ اس کی کھال بے حد چکنی اور چمکدار ہوتی ہے اور یہ عموماً رات کی تاریکی اور سائے میں حرکت کرتا ہے تاکہ پرندوں کی عقابی نظروں سے محفوظ رہ سکے۔ سخت زمین یا تیز دھار والی گھاس پر جب یہ چلتا ہے تو اس کے منہ میں سے ایک لیس دار مادے کی ایک پٹی سی خارج ہوتی ہے جو اس کے جسم کے نیچے قالین کی طرح بچھتی جاتی ہے اور گھونگھا اسی پٹی پر رینگتا ہے۔ یوں اس کا نرم و نازک جسم زخمی ہونے سے بچ جاتا ہے۔ یہ لیس دار مادہ گھونگھے کیلئے اتنا ضروری ہے کہ بیان سے باہر...... آپ اس کی راہ میں ریزر بلیڈ گاڑ دیں' گھونگھا اس بلیڈ کی دھار پر سے بھی اسی طرح گزر جائے گا جیسے پھول کو مسلتا جا رہا ہو۔ اس کے بچاؤ کا سبب یہی لیس دار مادہ ہے جس سے وہ اپنے سفر کیلئے سڑکیں بناتا ہے۔ صبح سویرے سورج نکلنے کے چند لمحے بعد اگر آپ کو اپنے باغیچے میں جانے کا اتفاق ہو تو آپ دیکھیں گے کہ رات کو پڑی ہوئی اوس کے ننھے منے موتیوں کے درمیان کہیں کہیں چمکدار لمبی لمبی سفید لکیریں بھی موجود ہیں۔ یہ ہیں وہ ''سڑکیں'' جو گھونگھے نے اپنے سفر کیلئے تیار کی ہیں' بالکل اسی طرح جیسے سڑکیں بنانے والی دیوپیکر مشین جب چلتی ہے تو اپنے آگے سڑک بناتی جاتی ہے ایسی سڑک کو کارپٹ کہتے ہیں۔ سڑکیں بنانے والا یہ لیس دار مادہ گھونگھے کے جسم کے غدودوں میں تیار ہوتا ہے اور گھونگھے کے حرکت کرتے ہی اس کے جسم سے گرنا شروع ہو جاتا ہے۔ شاید آپ کو گھونگھے کی ''عظیم رفتار'' کا علم نہ ہوگا۔ آیئے! ہم بتائیں یہ ننھا سا کیڑا ایک منٹ میں صرف دو انچ کا فاصلہ طے کرتا ہے۔ یعنی ایک گھنٹے میں دس فٹ' یہ گھاس پر چلے یا پتھریلی زمین پر اس کی مقررہ رفتار میں کبھی فرق نہیں آتا۔

اب آیئے! ننھی منی' لیکن بے حد چالاک اور دانشمند مکڑیوں کی طرف۔ ان کے حرکت کرنے کے طریقے بڑے عجیب اور اتنے پُراسرار جتنی خود مکڑیاں۔ یہ اکثر لمبے لمبے پل بناتی ہیں۔ درختوں کی شاخوں کے درمیان یہ پل ان کی آمد و رفت کا کام دیتے ہیں اور اتنے باریک ہوتے ہیں کہ دوسروں کو نظر نہیں آتے۔ مکڑی جب ان پر دوڑتی ہے تو ایسا دکھائی دیتا ہے جیسے ہوا پر چل رہی ہو۔ بعض اوقات مکڑیاں ان پلوں پر بیٹھی رہ جاتی ہیں اور یہ پل ہوا کے زبردست جھونکوں سے فضا میں اڑ جاتے ہیں اور مکڑیاں فضائے بسیط میں ''پروں'' کے بغیر پرواز کر کے سینکڑوں میل کا سفر طے کر لیتی ہیں۔ کبھی کبھی مکڑیوں کے بنائے ہوئے یہ پل ہم انسانوں کو نظر بھی آجاتے ہیں۔ موسم گرما کے آخری دنوں میں یا خزاں کے ابتدائی دور میں غروب آفتاب کے وقت یہ پل مغرب کی جانب لہراتے' بل کھاتے اور چمکتے دکھائی دیں گے اور تعداد میں اس قدر کہ شمار کرنا ممکن نہ ہوگا۔ سخت گرمی کے موسم میں جب مکڑیاں گھبرا جاتی ہیں' تب ان پر آسمان کی ٹھنڈی فضاؤں میں پہنچنے کی دھن سوار ہوتی ہے۔ پرندوں کی مانند ان کے پر ہوتے تو ارادہ کرتے ہی فضا میں پہنچ جاتیں' لیکن قدرت نے انہیں پر عطا نہیں کیے' البتہ انتہائی طاقتور اور منظم دماغ ضرور دیا ہے چنانچہ مکڑیاں اپنی دماغی صلاحیتیں بروئے کار لاتی ہیں وہ نہایت خوبصورت اور ہلکا پھلکا جالا بنتی ہیں اور ایسے رخ کہ جونہی ہوا کا معمولی جھونکا آئے یہ جالا اپنی جگہ سے الگ ہو کر ہوا میں اڑنے لگے۔ سمندروں میں سفر کرنے والے اکثر جہازوں کے اوپر مکڑیوں کے ایسے جالے پائے گئے ہیں جو فضا میں سے اترے اور جہازوں سے چمٹ گئے۔ یہی حال ہوائی جہازوں کا بھی ہے بعض دفعہ جہاز جب زمین پر اترتے ہیں تو ان کے کاک پٹ پر مکڑیوں کے جالے چمٹے ہوئے ملتے ہیں اور ان جالوں میں جیتی جاگتی مکڑیاں بھی نظر آتی ہیں۔

انتخاب: ام فروہ

مثبت پہلو اور رویہ

روحانی اصولوں کے مطابق آپ کی طرف آپ کے خیالات کے موافق ہی آپ کے دنیاوی حالات کیفیات متوجہ ہوتی ہیں

یاد رکھیے! ہم اپنی زندگی میں جس پہلو کو سب سے کم اہمیت دیتے ہیں وہ ہے ہمارا خیال اور سوچنے کا طریقہ جبکہ ہمارے چلن اور شخصیت کی تعمیر میں یہ سب سے زیادہ اثر انداز ہوتا ہے۔ ہر بات یا واقعہ کو مثبت طور سے دیکھنے کی عادت کا ارتقاء کریں۔ چاہے وہ کتنا ہی تکلیف دہ کیوں نہ ہو۔ منفی اور فضول انداز فکر دماغ کو کمزور کر دیتا ہے۔ اسے بے چین' مشتعل اور زہریلا بنا دیتا ہے۔

اپنے ذہنی پہلو اور نکتہ نظر کو دوبارہ منظم کر کے ہر ایک منفی حالت کو مثبت صورت میں تبدیل کریں۔ یہ کیسے کیا جائے؟ اس کیلئے ایک مثال دیتا ہوں فرض کریں کوئی آپ کو گالی دیتا ہے یا غصہ میں غلط بات کرتا ہے اس وقت دل میں صرف یہ خیال کریں کہ وہ شخص ابھی پوری طرح سمجھدار نہیں ہوا ہے اور اس کی ذہنی کیفیت ابھی ٹھیک نہیں ہے اس لیے وہ ایسی باتیں کر رہا ہے لیکن اس شخص کیلئے کسی طرح کے برے خیالات اپنے دل میں نہ لائیں۔ یہ ہوا مثبت پہلو اور رویہ۔

اس کے برعکس اپنے خیالات کو مثبت بنا کر آپ اپنی طرف سے ایسے دنیاوی حالات اور ماحول کو متوجہ کرتے ہیں جو آپ کے مددگار بنتے ہیں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ روحانی اصولوں کے مطابق آپ کی طرف آپ کے خیالات کے موافق ہی آپ کے دنیاوی حالات کیفیات متوجہ ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر فرض کریں کہ آپ کو کوئی خاص بیماری لگ جانے کا خوف بار بار ہوتا ہے۔ آپ دیکھیں کہ کچھ عرصے بعد آپ میں اس بیماری کی علامات ظاہر ہونے لگی ہیں۔ خیالات میں اتنی قوت ہے وہ پتھر کی طرح ٹھوس حقیقت ہیں۔

مثبت خیالات سے بھرپور رہ کر آپ اپنے چاروں طرف تخلیقی لہروں کا نورانی خول بنا لیتے ہیں۔ اس سے آپ کی ہی نہیں بلکہ آپ کے تعلق میں آنے والے ہر ایک شخص کو فائدہ ہوتا ہے۔ یہ نورانی خول دوسروں کے ذریعے چھوڑے گئے منفی خیالات کی لہروں سے آپ کی حفاظت بھی کرتا ہے۔

باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کر دی

جدید میڈیا' موبائل اور انٹرنیٹ کا کمال اس خط میں پڑھیں اور فوراً اپنا نظام اور گھر کا نظام تبدیل کریں۔

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں نے آج تک اپنے شوہر کی ہر برائی کا پردہ رکھا مگر اب مجبور ہو کر اپنا دکھ اور تکلیف بیان کر رہی ہوں۔ یہ مت سمجھنا کہ میں اپنے شوہر کو بدنام کر رہی ہوں بات دراصل یہ ہے کہ میرے شوہر کو بچپن ہی میں جناتی اثر ہو گیا تھا ماں باپ نے علاج تو کروایا لیکن شادی کے بعد وہ چیزیں مجھ کو ڈراتی رہیں پھر بچے ہوئے تو ان کو بھی ڈرایا جب میری شادی ہوئی تو مجھ کو پتہ چلا کہ میرا شوہر ٹھیک کردار کا نہیں ہے' پھر میں نے اس کو اپنی آنکھوں سے دیکھ لیا کہ اس شخص کو کوئی شرم وحیا نہیں' کوئی غیرت نہیں' کوئی بھی بچہ بچی لڑکا یا لڑکی اور یا کوئی عورت ہر ایک کے سامنے اپنے کپڑے اتار دیتا تھا' شادی کے شروع میں میری چھوٹی بہنوں کو باغ میں لے گیا سیر کے بہانے اور ادھر نہایت گندی تصاویر دکھائیں وہ چھوٹی سی تھیں اس نے گھر آ کر امی کو سب بتا دیا۔ پھر میری امی کے گھر ہی میرے ابو کا تہبند باندھ کر میری بہنوں کے سامنے بیٹھ گیا جسم کھول کر......... پھر ایک دفعہ نہایت گندی تصاویر موبائل پر لا کر کمرے میں رکھ کر چلا گیا اور میری چھوٹی بہن نے دیکھ لیا یہ بات اس نے مجھ کو اب بتائی ہے جبکہ وہ جوان ہو چکی ہے۔ یہ کچھ ہی عرصہ پہلے کی بات ہے کہ امی کے گھر جاتا ہے پینٹ کی زپ کھول دیتا ہے تو پھر میری بہن کو کہتا ہے کہ مجھ کو کھولنے کی عادت ہے کسی سے ذکر مت کرنا یہ تو رہے میرے میکے کے حالات۔ اب میرے حالات سنیے ہمارے پہلے گھر کیساتھ میں کرایہ دار تھے' ان کے لڑکے کی عمر 15 سال تھی' موبائل کے فنکشن کا ماہر تھا' میرا شوہر موبائل پر میری تصاویر کھینچ کر اس کو پکڑا دیتا اور کہتا کہ اس کی مجھے سیٹنگ کر دو اور میرا شوہر کہتا ہے کہ بہت بڑے گلے پہن کر دوپٹہ اتار کر گھر کے کام کرو' ایسی حالت میں مجھ کو میرے چچا سسر نے اور ان کے بیٹے نے دیکھ لیا۔

میرے شوہر نے اور بھی بہت سی غلیظ حرکات میرے ساتھ کی ہیں' اس کا ذہن یہ ہے کہ جب ہم میاں بیوی حق زوجیت ادا کر رہے ہوں تو لوگ ہمیں دیکھیں' کمرے کی لائیٹیں جلا کر کھڑکیاں کھول کر' میری تصاویر بناتا ہے اور پھر مجھ سے کہتا ہے کہ کوئی بھی نہیں دیکھ رہا حالانکہ ہمارے گھر کے باہر سڑک ہے اور وہاں ہر وقت ٹریفک چلتی ہے۔ ہمارے رشتہ دار اور کرایہ دار بھی تھے۔ انہوں نے بھی مجھ کو دیکھا میرے شوہر کو ذرا سی بھی غیرت نہیں آئی بلکہ جنگلے کے نیچے کھڑا کر کے میری تصویر بناتا رہا اور میری 3 سال کی بچی بھی مجھ کو دیکھ رہی تھی۔ یہ میں نے آپ کو کافی عرصہ پہلے کے حالات بتائے ہیں اور اب میری 5 بیٹیاں ہو چکی ہیں ابھی بھی میرا شوہر اپنی حرکتوں سے باز نہیں آیا اب سے چھ ماہ پہلے کی بات سنیں۔ میرے سسرال والوں نے اپنے گھر میں اپنی بیوہ پھوپھی کو رکھا ہوا ہے اس کی سب سے بڑی بیٹی جو اب جوان ہو چکی ہے جب سے وہ چھوٹی تھی اس کے ساتھ بھی غلط حرکتیں کرتا تھا اس کے سامنے ہی برہنہ ہو جاتا تھا اب بھی اس کی جان نہیں چھوڑتا' ویسے تو اس کو اپنی بیٹی کہتا ہے ایک دن وہ کپڑے بدل رہی تھی اور میرا شوہر اس کو اوپر سے جھانک رہا تھا اس لڑکی کے گھر والوں نے دیکھ لیا لڑکی کا بہنوئی جو کہ اس کا چچا زاد بھائی بھی ہے اس کے سامنے اس نے قرآن اٹھا لیا کہ "قسم سے میں نے اسے نہیں دیکھا۔" پہلے ہم جس گھر میں رہتے تھے ان کے ساتھ کے گھر میں ایک لڑکا تھا جس کا ذکر میں پیچھے کر چکی ہوں اس کے بارے میں بھی اب بات نکلی ہے کہ میرا شوہر اس لڑکے کے ساتھ بُرا فعل کرتا ہے حالانکہ یہ وہ لڑکا ہے جس کے بارے میں میرے شوہر نے مجھے بتایا کہ تم کو نہاتے ہوئے اس لڑکے نے دیکھا ہے اور جب تم گہری نیند سو رہی تھی تو یہ تم کو چھیڑ رہا تھا میں نے اپنے شوہر کو کہا کہ جب تم نے اس کو دیکھا تو تم کو غیرت نہیں آئی تم نے اس کو کچھ نہیں کہا یہ تو خدا جانتا ہے کہ میرا شوہر جھوٹ بولتا ہے یا سچ مگر اسی لڑکے نے جبکہ ایک رات میرا شوہر گھر پر نہیں تھا فجر کے وقت اس نے میری عزت پر ہاتھ ڈالا تو میری آنکھ اسی وقت کھل گئی۔ یہ بات میں نے اپنے شوہر کو بتائی اس کے باوجود میرا شوہر اس لڑکے کو گھر لاتا ہے وہ بھی آدھی رات کو جب ہم کو اس کا پتا چلا تو کہنے لگا وہ مجھ سے سی ڈی لینے آتا ہے کیا میرے شوہر کو اتنی غیرت نہیں آتی کہ اس لڑکے نے میری بیوی کی عزت پر ہاتھ ڈالا اور جبکہ میری 5 بیٹیاں بھی ہیں جب یہ ہمارے گھر میں رہتے تھے تو ایک دن میرا شوہر اس لڑکے کو کمرے میں لے کر گیا اور مجھ کو شک ہوا میں ان کے پیچھے گئی اور دروازہ ناک کیا جب میرے شوہر نے دروازہ کھولا تو کہنے لگے کہ میں اس سے دوائی لگوا رہا ہوں اور ٹی وی اور ڈی وی ڈی کمرے میں تھا پھر ایک دفعہ کافی عرصہ پہلے کی بات ہے کسی آدمی کو گھر لے آیا اس وقت تقریباً 11 بجے تھے میری آنکھ کھل گئی میں نے پوچھا تو کہنے لگے کہ میرا دوست باہر سے آیا' میری سادگی اور بھولا پن میں اس شخص کو اب تک نہیں جان سکی مگر اب تو انتہا ہی ہو گئی ہے میرا شوہر حق زوجیت ادا کرتے وقت جہاں صحن میں میری بچیاں سوئی ہوتی ہیں وہاں جانے کو مجبور کرتا ہے اور بچیوں کے سامنے جسم ننگا کرنے والے کپڑے پہننے کو کہتا ہے حالانکہ اس کی غلطیوں کی سزا میں نے اور میری بچیوں نے بھگتی ہے کہتے ہیں "جیسی کرنی ویسی بھرنی" ایک لڑکا جس کو میرے شوہر نے نہایت گندی فلمیں دکھائیں اس کے ماموں کا بیٹا تھا تو اس لڑکے نے ویسی ہی حرکت میری بیٹی کے ساتھ کرنے کی کوشش کی۔

یقین جانیے کہ اللہ نے اس بچی کو ایسے بچایا جیسے ایک ہاتھ دوسرے ہاتھ کے اوپر آ گیا تھا۔ اسی وقت میں نے اپنی بچی کو آواز دی اور اللہ تعالیٰ نے میری بچی کی عزت کی حفاظت کی۔ ایک لمحہ بھی گزرتا تو مجھ کو میری بچی کی لاش ملنی تھی۔ میری بچی نے ساری بات بتائی جو کہ اس کے ساتھ ہوا اور جو کرنے والا تھا۔ میری بیٹی کی عمر صرف سات سال تھی' اتنی بڑی بات ہونے کے باوجود میرے شوہر کے کان پر جوں تک نہیں رینگی نہ کوئی افسوس' نہ کوئی دکھ اور نہ ہی کوئی پچھتاوا کھایا پیا اور سکون سے سو گیا۔ میں نے یہ سب اس لیے بیان کیا ہے کہ آپ مجھ کو بتائیے کہ میرے شوہر کے ساتھ شیطانی چیزیں ہیں' جادو ہے یا اس کی فطرت ہی ایسی ہے میں نے اس کے لیے بہت پڑھائیاں کی ہیں۔ اذان والا عمل بھی شروع کیا ہوا ہے آج کل کے جو حالات ہیں ہر حرکت اور ہر بات کا اٹیک مجھ پر دے رہا ہے کہ تم نے مجھ کو بدنام کر دیا ہے میری ہر خواہش پوری کرو جائز ناجائز وہ بھی بند کمرے میں نہیں بلکہ کھلے عام خاص طور پر بچیوں کے سامنے' رمضان کا مہینہ ہے نہ روزے رکھتا ہے' نہ نماز اور نہ ہی قرآن پاک پڑھتا ہے۔ افطاری کے ٹائم پر انگلش فلمیں لگا لیتا ہے کوئی گندا سین آئے نہ آئے اس کو کوئی پرواہ نہیں اگر میں کچھ کہوں تو لڑائی کرتا ہے اس جمعرات کی بات ہے افطاری کے بعد اس نے مجھ کو مجبور کیا کہ بڑے گلے والی قمیض پہنو اسی حالت میں مجھ کو میری ساس نے دیکھا اور اپنے بیٹے کو کچھ بھی نہیں کہا اور چپ ہو کر بیٹھی رہی اسی وقت میرے سسر بھی **(باقی صفحہ نمبر 43 پر)**

حکیم عبدالناصر

اطباء کے حیرت انگیز کارنامے

مشہور جابر حاکم حجاج بن یوسف ثقفی کے زمانے میں تیاذوق نامی طبیب گزرا ہے۔ حجاج ایک مرتبہ دردسر میں مبتلا ہوگیا اس نے تیاذوق کو طلب کیا اور اس سے علاج دریافت کیا۔ تیاذوق نے کہا کہ اپنے دونوں پاؤں کو گرم پانی سے دھولو اور پھر اس پر تیل مل لو

نکسیر سے بخار میں فائدہ: شہر رومیہ کے ایک نوجوان کو بہت تیز بخار ہوا بہت سے اطباء اس کے پاس موجود تھے اور وہ اس کے بخار کو کم کرنے کی تدابیر کررہے تھے۔ آخر میں اس نے یہ طے کیا کہ اس نوجوان کی فصد کھول کر خون خارج کردیا جائے۔ ہوسکتا ہے کہ اس سے بخار کم ہوجائے اور مریض کو راحت مل جائے۔ ابھی یہ طے ہوہی رہا تھا کہ جالینوس کا اُدھر سے گزر ہوا اس نے جب سنا کہ اطباء فصد کھولنے کی بات کررہے ہیں تو اس نے ان کو منع کیا اور کہا کہ ابھی تھوڑی دیر بعد اپنے آپ ہی خون بہہ جائے گا فصد کھولنے کی ضرورت نہیں ہے ابھی چند لمحے ہی گزرے تھے کہ وہاں موجود لوگوں نے دیکھا کہ مریض کی ناک سے نکسیر کی شکل میں یکا یک خون جاری ہوگیا۔

گرنے سے آواز بند: ایک شخص کو گرجانے سے جسم پر چوٹ آگئی۔ علاج کرنے سے چوٹ تو ٹھیک ہوگئی لیکن آواز بند ہوگئی اور بہت کوشش کے باوجود بھی منہ سے آواز نہیں نکلتی تھی۔ اطباء اس بات سے کافی حیران ہوئے کہ گرنے سے قوتِ گویائی کیوں ختم ہوگئی؟ جالینوس نے بھی اس مریض کو دیکھا اور کہنے لگا کہ گرنے سے بولنے والے آلات مجروح ہوگئے ہیں اس نے اس بات کی بھی وضاحت کردی کہ آواز کیسے اور کن آلات سے پیدا ہوتی ہے۔ اپنے کہنے کے مطابق اس نے انہیں آلات کا علاج کیا جس سے مریض بولنے پر قادر ہوگیا اور اس کی پہلے والی حالت دور ہوگئی۔

مرض عشق کی تشخیص: ایک عورت ہروقت مغموم رہتی تھی اور دن رات بہت بے چینی سے گزارتی تھی اور اس حالت کو پہنچ گئی تھی کہ بالکل مجنون معلوم ہوتی تھی۔ جالینوس کے پاس اس عورت کو لایا گیا جالینوس نے اس عورت کی نبض دیکھی اچانک ایک مشہور رقاص کا ذکر آگیا اس کا نام سنتے ہی اس کی نبض میں زور سے حرکت پیدا ہوئی اور وہ غیر منتظم ہوگئی۔ جالینوس نے اور دوسرے مشہور رقاصوں کا نام لیا لیکن کسی کے نام پر بھی اس طرح کی کوئی حرکت نہیں ہوئی جالینوس سمجھ گیا کہ یہ عورت اسی رقاص پر فدا ہے جس کے نام پر نبض میں یہ مخصوص تغیر ہوا ہے

خصیے نکالنے سے ڈاڑھی غائب: مشہور جابر حاکم حجاج بن یوسف ثقفی کے زمانے میں تیاذوق نامی طبیب گزرا ہے۔ حجاج ایک مرتبہ دردسر میں مبتلا ہوگیا اس نے تیاذوق کو طلب کیا اور اس سے علاج دریافت کیا۔ تیاذوق نے کہا کہ اپنے دونوں پاؤں کو گرم پانی سے دھولو اور پھر اس پر تیل مل لو۔ اس سے آرام ہوجائے گا۔ اس وقت ایک خواجہ سرا موجود تھا اس نے تیاذوق سے کہا کہ میں نے تم سے زیادہ جاہل طبیب نہیں دیکھا امیر کے سر میں درد ہے اور تم پاؤں میں دوا لگانے کا کہہ رہے ہو۔ تیاذوق نے کہا اس کی علامت تو خود تمہارے بدن میں موجود ہے۔ خواجہ سرا نے پوچھا وہ کیا۔ تیاذوق نے کہا تمہارے خصیے نکال دیئے گئے تھے جس کے نتیجہ میں چہرہ سے ڈاڑھی غائب ہوگئی۔

سر منڈوانے سے موت: عباسی خلیفہ ابوجعفر منصور کے ساتھ سفر حج میں ایک مرتبہ اس کا شاہی طبیب لجلاج بھی ساتھ تھا ایک دن اس نے یہ پیشگوئی کی کہ خلیفہ کی جوں جوں عمر بڑھتی جائیگی اس کے مزاج کی گرمی اور خشکی بھی بڑھتی جائیگی نیز اس نے یہ بھی کہا کہ خلیفہ نے حج کیلئے جو اپنا سر منڈوایا ہے اور اس پر جو خوشبو لگائی ہے یہ عمل بھی اس کیلئے مناسب نہیں ہے۔ اگر یہ عمل اسی طرح جاری رہا تو شاید ہی یہ مکہ مکرمہ تک زندہ پہنچ سکے۔ لجلاج کی یہ پیشگوئی بالکل صحیح ثابت ہوئی۔ خلیفہ کو ایک مقام پر پہنچ کر خشکی دماغ کی شکایت ہوئی اور مکہ مکرمہ پہنچتے ہی وہ انتقال کرگیا۔

شہد سے جوڑوں کے درد کا آسان علاج

جوڑوں کے درد کے مستقل مریض روزانہ صبح شام ایک کپ نیم گرم پانی میں دو چمچ شہد' ایک چمچ دارچینی کا سفوف ملا کر استعمال کریں۔ اس سے بیماری میں خاطر خواہ کمی ہوگی۔

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَاحَلِیْمُ یَاکَرِیْمُ کا ورد اول وآخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہوکر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کررہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سوفیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آجائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سوفیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کردیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں پاکستان میں بیروزگار تھا اور میرے بھائی سعودی عرب میں مقیم تھے' میرے بھائی سعودی عرب میں میرے ویزے کیلئے بہت کوشش کررہے تھے اور میں پاکستان میں۔ لیکن ہر بار کوئی نہ کوئی رکاوٹ آجاتی اور میں سعودی عرب نہ جاپاتا۔ پھر میں نے ماہنامہ عبقری میں مراقبے کا عمل پڑھا اور صدق دل اور یقین کے ساتھ کرنا شروع کردیا اور ساتھ دوانمول خزانے بھی پڑھنا شروع کردیئے۔ یقین جانیے حکیم صاحب ابھی میں نے کچھ عرصہ ہی مراقبے کا عمل اور دوانمول خزانے پڑھے تھے کہ پاکستان سے ہی مجھے ویزہ مل گیا' میرے بھائی جو کہ سعودیہ میں اتنی کوششیں کررہے تھے وہ بھی حیران ہوگئے کہ جس ویزے کیلئے وہ کوشش کررہے تھے ان سے تو ملے نہیں اور ہمیں یہ پاکستان میں ہی مل گئے۔ حکیم صاحب یہ سب مراقبے کے عمل اور دوانمول خزانے کا ثمر ہے۔ **(عبدالرحمٰن' حیدرآباد)**

ڈاکٹر شازیہ' لاہور

رنگوں سے بیماریوں کا خاتمہ

یہ تمام رنگ انسانی طبیعت' مزاج اور صحت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثلاً سرخ رنگ جذبات میں تیزی لاتا ہے' خوشی لاتا ہے اسی بنا پر خوشی کے موقع پر سرخ رنگ کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے۔ دلہن کے کپڑے اور کمرہ عروسی کا سارا سامان زیادہ تر سرخ رنگ کا ہی ہوتا ہے

رنگوں کا انسانی زندگی پر بڑا عمل دخل ہے بلکہ رنگوں کے اثرات ہر قسم کے جانداروں میں دیکھنے میں آتے ہیں جن میں پودے اور جانور بھی شامل ہیں۔ پودے اور جانور بھی مختلف رنگوں میں مختلف تاثرات ظاہر کرتے ہیں۔ قدرتی رنگ صرف تین ہیں۔ نیلا' پیلا اور سرخ باقی رنگ انہی رنگوں کے امتزاج سے بنتے ہیں۔ آپ نے دیکھا ہوگا کہ کپڑے رنگنے والے رنگریز بار بار رنگ والا پانی تبدیل نہیں کرتے بلکہ پہلے میں ہی تھوڑا سا اور مناسب رنگ ڈال کر نیا بنالیتے ہیں۔ مثلاً نیلے رنگ میں کپڑا رنگنے کے بعد انہیں سبز رنگ میں کپڑا رنگنا مطلوب ہو تو انہوں نے نیلے رنگ میں پیلا رنگ ڈالنا ہے اور وہ سبز بن جاتا ہے اسی طرح تمام رنگ وہ انہی تین رنگوں کو آپس میں ملا کر بناتے رہتے ہیں۔ کالا رنگ وہ آخر میں بناتے ہیں پھر اس میں تبدیلی بہت مشکل ہوتی ہے۔ یہ تمام رنگ انسانی طبیعت' مزاج اور صحت پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثلاً سرخ رنگ جذبات میں تیزی لاتا ہے' خوشی لاتا ہے اسی بنا پر خوشی کے موقع پر سرخ رنگ کا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے۔ دلہن کے کپڑے اور کمرہ عروسی کا سارا سامان زیادہ تر سرخ رنگ کا ہی ہوتا ہے لیکن ہر چیز کی زیادتی بری ہوتی ہے۔ سرخ رنگ کی زیادتی لڑائی جھگڑوں کا باعث بنتی ہے اور طبیعت میں غصہ اور گرمی پیدا کرتی ہے۔ ایک الیکٹرک سٹور والے نے دکان کی رونق دوبالا کرنے کیلئے سرخ لائٹوں کا زیادہ استعمال کیا جس کے نتیجہ میں اس کا گاہکوں سے جھگڑا ہوجاتا' دکان کا عملہ آپس میں لڑنے لگتا۔ کسی ماہر رنگ ساز نے مشورہ دیا کہ سرخ رنگ کے انرجی سیور اتار کر نیلے لگادیں اس سے طبیعت میں سکون محسوس ہوگا اعصاب کو طاقت ملے گی' آپس میں خلوص اور محبت بڑھے گی۔ چنانچہ رنگ تبدیل کرنے سے ایسا ہی ہوا۔ گاہکوں سے جھگڑے بھی ختم ہوگئے اور عملہ بھی آپس میں محبت سے رہنے لگا۔

پیلا رنگ دنیاوی بے رغبتی پیدا کرتا ہے اور سوچ کا زاویہ وسیع کرتا ہے درویش اور سنیاسی لوگ پیلے رنگ کو اسی لیے ترجیح دیتے ہیں اگر کسی انتہائی حریص' لالچی اور محبِ دنیا کو پیلے کپڑے پہننے کو دیں اور اس کے گھر اور دفتر میں زیادہ پیلے رنگ کی اشیاء استعمال کریں جیسے پردے' صوفے' چارٹ' کیلنڈر وغیرہ پیلے رنگ کے ہوں تو وہ شخص بہت جلد تارک الدنیا بن جائے گا اور فلسفیوں جیسی باتیں کرنے لگے گا امن وسلامتی کی باتیں کرے گا لڑائی جھگڑے سے انتہائی گریز کرے گا۔

نیلا رنگ دماغ و اعصاب کو طاقت دیتا ہے۔ ذہنی سکون کا سبب بنتا ہے ڈیپریشن کے مریض اگر نیلے رنگ کا استعمال زیادہ کریں' نیلی شعاعوں والا پانی پئیں' کمرے کی کھڑکیوں اور روشن دانوں کے شیشے نیلے رنگ کے لگائیں' پردے اور پہننے کے کپڑے بھی ہلکے نیلے رنگ کے استعمال کریں تو یہی چیزیں ان کو ڈیپریشن سے نجات دلا دیں گی۔

ہائی بلڈ پریشر کے مریض نیلی روشنی کا مراقبہ کریں تو ہائی بلڈ پریشر سے نجات مل جائے گی جبکہ لو بلڈ پریشر کے مریض سرخ روشنی کا مراقبہ کریں یا سرخ رنگ زیادہ استعمال کریں تو لو بلڈ پریشر سے نجات مل جائے گی۔ مراقبہ کا طریقہ یہ ہے کہ علیحدہ جگہ آرام دہ طریقہ سے بیٹھ جائیں جس سے جسم کو سہولت ہو اگر کمرہ میں ہوں تو لائٹ بند کرکے آنکھیں بند کرکے تصور کریں کہ آسمان سے نیلی روشنی دماغ میں اتر رہی ہے اور آہستہ آہستہ پورے جسم میں سرایت کررہی ہے۔ یہ عمل صرف دس پندرہ منٹ کرنا ہے' روزانہ ایک یا دو بار کریں صبح اور شام کا وقت زیادہ مناسب رہتا ہے۔ اگر منہ شمال کی جانب ہو تو زیادہ بہتر ہوگا اس سے مقناطیسی لہریں جسم پر زیادہ اثر انداز ہوتی ہیں۔

اگر مراقبہ نہ کرسکیں تو پھر ان مذکورہ رنگوں کا استعمال زیادہ کریں۔ سرخ رنگ کا مزاج خشک ہے اس کا مرکز دل ہے عضلات کو طاقت دیتا ہے اور عضلات سے متعلقہ بیماریاں اس سے ٹھیک ہوجاتی ہیں۔ پیلے رنگ کا مزاج گرم ہے اس کا مرکز جگر ہے یہ غدود پر زیادہ اثر انداز ہوتا ہے اور غدود کی بیماریاں اس رنگ کے استعمال سے ٹھیک ہوجاتی ہیں۔ نیلے رنگ کا مزاج سرد ہے اور اس کا مرکز دماغ ہے اور یہ اعصاب سے متعلقہ بیماریوں میں مفید ہے۔

سورج کی روشنی کئی رنگوں پر مشتمل ہے سات رنگ تو ہم (پرزم) منشور سے بخوبی دیکھ سکتے ہیں۔ یہ روشنی بے شمار قوتوں کا خزانہ ہے جو زمین پر ساری مخلوق کو توانائی مہیا کرتا ہے۔ روشنی ایک الیکٹرومیگنیٹک توانائی ہے اور اس کا بنیادی ذرہ فوٹان ہے اور روشنی کی مخلوط لہریں جب انسانی سر پر پڑتی ہیں تو بالوں اور سر کی جلد کے ذریعے یہ دماغ پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ دماغ میں کھربوں خلیات ہیں اور ان میں برقی رو گزرتی رہتی ہے جس سے خیالات شعور اور تحت الشعور سے گزرتے رہتے ہیں۔

دماغ کا پچھلا حصہ ہوامر الدماغ اور حرام مغز پورے جسم کے اعصابی نظام میں بہت اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ آدمی چونکہ دو پیروں پر زمین پر چلتا ہے اس لیے کچھ لہریں زمین سے بھی جذب کرتا ہے اور سر کے ذریعے روشنی سے جذب شدہ توانائی ان لہروں کو مزید متحرک اور فعال کرتی ہے۔ اگر کبھی کبھی آپ ننگے پاؤں زمین پر چلیں تو پھر توانائیوں کے معجزانہ اثرات ملاحظہ کریں۔ مسجد میں نماز پڑھنے والوں کو اس کا تجربہ ہوتا رہتا ہے۔ ان کے ذہن دوسروں سے زیادہ فعال ہونے لگتے ہیں۔

الٹرا وائیلٹ ریز (بالائے بنفشی شعاعیں) تھائی رائیڈ غدودوں' بلغمی غدود اور جنسی غدود کو متاثر کرتی ہیں۔ ان کے فعال میں تیزی لاتی ہیں' پولٹری فارموں میں ان شعاعوں کو روشنی میں شامل کیا جاتا ہے اور جب یہ روشنی چوزوں کی آنکھوں میں پڑتی ہے تو جسم کے بلغمی غدود کو متحرک کرتی ہے جس سے انڈوں کی پیداوار میں اضافہ ہوتا ہے۔

(بقیہ: باپ نے بیٹیوں کی عزت تار تار کردی)

آگئے انہوں نے بھی مجھ کو ایسی حالت میں دیکھ لیا اور خوب ڈانٹا' میرا شوہر کہنے لگا کہ یہ میرے بس کی نہیں میں نے اس اس کو طلاق دینی ہے۔ ابو نے مجھ کو سختی سے ایسے لباس پہننے سے منع کیا ہے۔ میرا شوہر کہتا ہے کہ تم میری بیوی ہو میرے باپ کی نہیں' میرا کہنا مانو ورنہ گھر سے نکلو' ماں باپ تو اکلوتا بیٹا ہونے کے باوجود کچھ نہیں کہتے کہ کہیں ہمیں چھوڑ کر نہ چلا جائے۔ مجھ کو کہتے ہیں کہ ہر حال میں اس کا کہنا مانو ورنہ یہ تم کو طلاق دیدے گا۔ یہ اس کے بس کی بات نہیں اس پر شیطانی اثر ہے' اس لیے تمہارے ساتھ ایسا کرتا ہے مگر میں نے اس شخص کے پیچھے اپنی زندگی تو برباد کرہی دی مگر اپنی بچیوں کی زندگی داؤ پر نہیں لگا سکتی اور ان کی عزت برباد نہیں کرسکتی' میں وہ لڑکی تھی جس کا چہرہ بھی کسی غیر مرد نے نہیں دیکھا تھا' پردے کی پابند' میری رگوں میں تہجد گزار باپ کا خون ہے' میرے باپ نے آج تک چاہے گلی محلہ یا بازار ہو نظر اونچی کرکے بھی نہیں دیکھا۔ میں قرآن پاک ترجمے کے ساتھ پڑھی ہوئی ہوں اللہ کی ذات پر مجھے بڑا یقین ہے۔ ہر کوئی مجھ کو کہتا ہے یہ شخص کبھی نہیں سدھرے گا مرتے دم تک اس نے ایسا ہی رہنا ہے مگر میں کہتی ہوں مجھ کو خدا پر بھروسہ ہے یہ ضرور ٹھیک ہوگا۔ مجھے حل بتائیں کہ یہ شخص سدھرے گا یا نہیں ہمارے اتنے لڑائی جھگڑے ہیں اس لڑائی جھگڑے سے دلبرداشتہ ہوکر میں اللہ سے یہ دعا مانگتی ہوں کہ اللہ تو مجھے اس شخص سے نجات دے دے مگر یہ سب غصے میں آکر کہتی ہوں بات تو ساری میری بچیوں کی ہے۔ انہیں لے کر کہاں جاؤں مگر باپ تو عزت کے محافظ ہوتے ہیں اس شخص پر میں کیا بھروسہ کروں یہ سب لکھنے کا مقصد ہرگز یہ نہیں کہ میں اپنے شوہر کی عزت اچھالوں میں تو اس کو ان گناہوں سے بچانا چاہتی ہوں تاکہ ہم اچھی زندگی گزار سکیں براہ کرم مجھے کوئی پڑھائی یا وظیفہ بتائیں۔

تلی کے امراض: مولی کے ٹکڑوں پر نمک اور نوشادر لگا کر کھالیا کریں یا کوار گندل کو ایک طرف سے صاف کر کے اس پر نمک اور نوشادر لگا کر صبح کو وہی گودا کھالیں۔

محمد سعید احمد، حیدر آباد

بے ہوشی کا کامیاب علاج

جب جسم میں صفراوی اور بلغمی مادے پگھل کر رقیق ہوجاتے ہیں تو پسینہ کثرت سے آتا ہے گرم پسینہ کا آنا حرارت غریزی کے قوی ہونے پر دلالت کرتا ہے اور یہ اس بات کی علامت ہے کہ مرض آسانی سے دور ہوجائیگا جبکہ ٹھنڈے پسینہ کا آنا مرض کے طول کھینچنے کی علامت ہوتا ہے

غشی بذات خود کوئی مرض نہیں ہے بلکہ مختلف نوعیت کے لحاظ سے یہ مرض اور طبی و مرضیہ کیفیات کے باعث ظہور میں آتی ہے لیکن غشی کا طاری ہونا بہر حال بہت خطرناک کیفیت ہے اور بعض امراض میں تو یہ مہلک امراض کا پیش خیمہ بھی ثابت ہوتی ہے اکثر بہت زیادہ خوف و غم یا یکا یک کسی شدید ذہنی وروحانی کرب کے باعث بحالت صحت بھی اچانک اس کا حملہ ہوجایا کرتا ہے۔ مشہور محقق و حکیم بقراط کا قول ہے کہ: ”جن لوگوں کو کسی ظاہری سبب کے بغیر بار بار غشی آئے وہ دفعتاً موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔“ رموز صحت و حکمت کے شہرہ آفاق شارح حکیم ابوالحسن بن سہل ابن طبری کی تشریح کے مطابق بقراط کے اس قول کا مفہوم یہ ہے کہ ایسے لوگوں کا جسم جلد تحلیل کو قبول کرنے کے قابل ہے اور ان کی حرارت غریزیہ نہایت کمزور ہے یہی وجہ ہے کہ ادنیٰ سبب کی بنا پر ان کی حرارت غریزیہ جلد بجھ جاتی ہے اور وہ موت کا شکار ہوجاتے ہیں۔

آئمہ طب کی تحقیق کے مطابق غشی کے نمایاں اسباب یہ ہیں:

☆ جسم سے کافی مقدار میں خون کا بہہ نکلنا۔ ☆ بخار کی شدید ترین حالت ☆ جسم کے کسی حصے میں درد شدید کا رونما ہوکر دل کا اس صدمے سے متاثر و مغلوب ہونا۔ ☆ حالت مرض میں مریض کے احساس پر خوف، غیض و غضب یا شدید غم کا طاری ہونا۔ ☆ کثرت سے دست (اسہال) آنا۔ ☆ جسم میں بہت زیادہ رطوبات کی کثرت یا قلت ہونا۔ ☆ قولنج وغیرہ کا ایسا شدید درد کہ جس کا صدمہ دل کے لیے نا قابل برداشت ہوجائے۔ ☆ کسی سبب سے جسم سے بہت زیادہ پسینہ کا اخراج۔ ☆ اگر عورت ہوتو مریضہ کا اختناق الرحم میں مبتلا ہونا۔

جب معدے میں رطوبات کی کثرت سے متلا زیادہ ہوتا ہے تو اس کی وجہ سے دل کی حرارت گھٹ جاتی ہے اور معدے میں رطوبات کا فقدان ہوجائے تو لازمی طور پر دل کی حرارت منتشر اور کمزور ہوجاتی ہے۔ اس لیے ہر دو صورتوں میں غشی طاری ہوتی ہے اگر جسمانی کیفیات یکا یک متغیر ہوجائیں یعنی جسم گرم سے ٹھنڈا اور ٹھنڈے سے گرم ہوجائے تو ایسی صورت میں بھی مریض غشی میں مبتلا ہوجاتا ہے کیونکہ جب مریض کے جسم کو یک بیک ٹھنڈک پہنچتی ہے تو شدت برودت سے مسامات بند ہوکر جسم بخارات سے بھر جاتا ہے اور بے چینی اور غم کی حالت طاری ہوجاتی ہے اور جب اچانک جسم گرم ہوجائے تو شدت حرارت سے حرارت غریزی خشک ہوکر ضعف قلب پیدا ہوجاتا ہے۔

جب جسم میں صفراوی اور بلغمی مادے پگھل کر رقیق ہوجاتے ہیں تو پسینہ کثرت سے آتا ہے گرم پسینہ کا آنا حرارت غریزی کے قوی ہونے پر دلالت کرتا ہے اور یہ اس بات کی علامت ہے کہ مرض آسانی سے دور ہوجائے گا جبکہ ٹھنڈے پسینہ کا آنا مرض کے طول کھینچنے کی علامت ہوتا ہے امراض حادہ میں ٹھنڈا پسینہ مرض الموت کا پیش خیمہ ہے لیکن ہلکے بخاروں میں ٹھنڈا پسینہ صرف طول مرض کی نشانی ہے۔ البتہ اگر بخاروں کے مریض کو پسینہ آنے کے بعد بخار میں تخفیف نہ ہوتو یہ ایک بُری علامت ہے۔

علاج کے سلسلے میں اگر غشی کا سبب کثرت رطوبات ہوتو اس کا علاج اسغراغ بدن ہے اگر قلت رطوبات اس کا سبب تشخیص ہوتو مریض کو ہلکی زود ہضم غذائیں دینا بہتر تدبیر ہے۔ اگر غشی کا سبب پسینہ کی کثرت ہوتو ایسی حالت میں عرق بید مشک عرق گلاب عرق برگ آس کو بطور طلا لگانا اور چہرے پر ٹھنڈا پانی چھڑکنا مفید ہے اگر جسم سے بہت زیادہ خون کا اخراج اس کا سبب ہوتو سب سے پہلے اخراج خون کو روکنے کی تمام ممکنہ تدابیر اختیار کرنی چاہیے اگر کثرت قے کے سبب سے غشی طاری ہوجائے تو مصطگی 2 گرام سیب کے جوس کے ہمراہ قے کو روکنے کی کوشش کرنی چاہیے اور ایک ایک گھنٹہ کے بعد مریض کے معدے پر زعفران سوسن برگ آس چرائتہ عود ہر ایک دو گرام پیس کر پانی میں ملا کر ضماد کریں۔ مریض کو خام انگور کھلانا بھی مفید تدبیر ہے۔ اگر خام انگور میسر نہ ہوں تو منقیٰ کھلانا بھی فائدہ مند ہے۔

اگر بڑی آنتوں میں صفرا کی موجودگی اس کا سبب ہوتو مندرجہ ذیل ادویات کا حقنہ اس کا بہترین تدبیر علاج ہے۔ جو مقشر، گل بنفشہ، تخم خطمی، سپستان گل بابونہ ہر ایک دس گرام تا تیں گرام تک۔ ان تمام ادویہ کو بھگو کو جوش دے کر چھان لیں اور اس میں روغن بنفشہ ملا کر حقنہ کریں۔ مریض کو چھینک اور قے لانے کی کوشش کرنی چاہیے۔

بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھریلو ٹوٹکے

الٹی اور قے سے نجات: اگر کسی کو الٹی یا قے ہورہی ہوتو اس کیلئے پودینے کے چھ یا سات پتے اور درمیانی سائز کی پیاز کو چوتھائی حصہ لے کر ایک ململ کے کپڑے میں باندھ کر بٹے سے کچل کر اس کا ایک چمچہ رس نکال لیں اور مریض کو پلائیں۔ اس کے پلانے سے الٹی اور قے بند ہوجائیگی۔

کمزوری یا تھکن: اگر کسی کو کمزوری یا تھکن محسوس ہورہی ہوتو ایک گلاس پانی میں ایک چائے کا چمچہ چینی اور چوتھائی چائے کا چمچ نمک حل کر کے پی لیں۔ ایک سے دو گلاس پینے سے آپ خود کو بہت بہتر محسوس کریں گے۔ **بالوں کو صحت مند بنایئے:** لوکی کو چھیل کر کدوکش کرلیں پھر ایک کڑاہی میں سرسوں کا تیل گرم کریں، تیل گرم ہوجائے تو اس میں کدوکش کی ہوئی لوکی ڈال دیں اور تیز آنچ پر ہلکا سنہرا یا براؤن ہونے پر چولہا بند کردیں اور ٹھنڈا ہوجائے تو کسی چھلنی سے چھان کر کسی بوتل میں ڈال دیں اور حسب ضرورت استعمال کرتی رہیں۔ بال خوبصورت گھنے اور صحت مند ہوجائیں گے۔ **پائے کی بدبو سے نجات:** لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے اسے پکانے سے گھبراتے ہیں۔ لیکن اگر پائے گلاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ دار چینی اور لونگ ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزیدار بنیں گے۔ **سر کی خشکی:** چقندر کے پتوں کو ابال کر اس کے پانی سے سر دھونے سے سر کی خشکی ختم ہوجاتی ہے۔

رف اور خشک جلد کیلئے: ایک انڈے کی زردی میں چند قطرے لیموں کا رس اور چند قطرے زیتون کا تیل ملائیں۔ اسکو اپنے چہرے پر اس وقت تک لگا رہنے دیں جب تک خشک نہ ہو جائے پھر ٹھنڈے پانی سے چہرہ دھولیں۔ **چہرے کی دلکشی میں اضافے کیلئے:** ایک چمچہ لیموں کا رس، ایک چمچہ کھیرے کا رس اور ایک چمچہ گاجر کا رس لیں۔ تینوں کو آپس میں ملائیں اور چہرے پر لگائیں پندرہ منٹ بعد ٹھنڈے پانی سے دھولیں۔ یہ عمل چہرے کی دلکشی میں اضافے کا سبب بنے گا۔

وباؤں اور حوادث سے بچاؤ کیلئے درود شریف

ع،م چوہدری

قبرستان میں زیادہ تر پڑھا جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے اس کی برکت سے روحوں کو عذاب سے نجات ملتی ہے اور اس کی برکت سے قیامت تک روحوں کو آرام ملتا رہتا ہے جتنا زیادہ پڑھا جائے اتنا زیادہ ثواب ہوگا۔ یہاں تک کہ اس کا ثواب ماں باپ کی روح کو بخشنے کا ایسا ثواب ہے

گناہوں سے پاکیزگی حاصل کرنے کیلئے

گناہوں سے پاکیزگی حاصل کرنے کیلئے درود طیب بہت ہی مؤثر ہے اگر کسی نے تمام زندگی گناہوں اور برائیوں میں گزاردی کسی چیز سے اس کو کوئی شفاء اور کسی عالم فقیر عامل سے اسے کوئی فیض نہیں پہنچتا۔ اس کا اپنا دل کہے کہ اب سزا کیلئے تیار رہے جس وقت بھی احساس ندامت ہو تو اللہ عزوجل کے حضور توبہ کر کے اس درود شریف کو صبح و شام کثرت سے پڑھنا شروع کر دے تو انشاء اللہ تمام گناہوں کی معافی ہو جائے گی اور اس طرح ہو جائے گا جس طرح ماں کے پیٹ سے آج ہی پیدا ہوا ہے اور بقیہ زندگی خود بخود نیکیوں کی طرف مائل رہے گی کیونکہ درود طیب پڑھنے سے زندگی میں نبی اکرم شفیع المذنبین صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی تائید اور توجہ شامل حال ہو جاتی ہے۔ اس لیے پڑھنے والے کا ہر کام آسانی سے ہو جاتا ہے۔ اگر ہر نماز کے بعد یہ درود شریف ایک مرتبہ پڑھ لیا جائے تو آخرت میں حضور نبی کریم ﷺ کی شفاعت نصیب ہوگی۔ جمعہ کے دن بعد نماز جمعہ 313 مرتبہ پڑھنے سے رزق میں اضافہ ہوگا۔

صَلَّی اللّٰهُ عَلَیْکَ یَاشَفِیْعَ الْمُذْنِبِیْنَ سَیِّدِنَا وَمَوْلٰنَا اَحْمَدِ نِ الْمُجْتَبٰی مُحَمَّدِ نِ الْمُصْطَفٰی وَعَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَ اَزْوَاجِهٖ وَاَحْبَابِهٖ وَ ذُرِّیَّاتِهٖ وَ اَهْلِ بَیْتِهٖ وَاَهْلِ طَاعَتِکَ اَجْمَعِیْنَ

درود روحی

قبرستان میں زیادہ تر پڑھا جاتا ہے۔ اس کی وجہ سے اس کی برکت سے روحوں کو عذاب سے نجات ملتی ہے اور اس کی برکت سے قیامت تک روحوں کو آرام ملتا رہتا ہے جتنا زیادہ پڑھا جائے اتنا زیادہ ثواب ہوگا۔ یہاں تک کہ اس کا ثواب ماں باپ کی روح کو بخشنے کا ایسا ثواب ہے گویا کہ تمام عمر کے ان کے حقوق ادا کر دیئے۔ انہیں اس سے اتنا درجہ ملتا ہے کہ فرشتے بھی زیارت کو آتے ہیں۔

مستند کتابوں میں تحریر ہے کہ اگر کوئی شخص تین مرتبہ یہ درود شریف کسی قبرستان میں پڑھ کر اہل قبور کو بخشے تو اللہ تعالیٰ 70 سال کیلئے اس قبرستان سے عذاب اٹھا لیتا ہے اگر چار مرتبہ پڑھے تو اللہ تعالیٰ قیامت تک کیلئے اس قبرستان سے عذاب اٹھا لیتا ہے اور اگر 24 مرتبہ پڑھ کر اپنے والدین کو بخشے تو گویا تمام عمر کے ان کے حقوق ادا کر دیئے اور اللہ تبارک وتعالیٰ فرشتوں کو حکم دیتا ہے کہ قیامت تک اس شخص کے والدین کی قبور کی زیارت کرتے رہو۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّا دَامَتِ الصَّلٰوةُ وَصَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّا دَامَتِ الرَّحْمَةُ وَ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ مَّادَامَتِ الْبَرَکَاتُ وَ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ وَ صَلِّ عَلٰی صُوْرَةِ مُحَمَّدٍ فِی الصُّوَرِ وَ صَلِّ عَلٰی اِسْمِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَسْمَآءِ وَ صَلِّ عَلٰی نَفْسِ مُحَمَّدٍ فِی النُّفُوْسِ وَ صَلِّ عَلٰی قَلْبِ مُحَمَّدٍ فِی الْقُلُوْبِ وَ صَلِّ عَلٰی قَبْرِ مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُوْرِ وَ صَلِّ عَلٰی رَوْضَةِ مُحَمَّدٍ فِی الرِّیَاضِ وَ صَلِّ عَلٰی جَسَدِ مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ وَصَلِّ عَلٰی تُرْبَةِ مُحَمَّدٍ فِی التُّرَابِ وَ صَلِّ عَلٰی خَیْرِ خَلْقِکَ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَاَزْوَاجِهٖ وَذُرِّیَّاتِهٖ وَاَهْلِ بَیْتِهٖ وَاَحْبَابِهٖ اَجْمَعِیْنَ ٥ بِرَحْمَتِکَ یَآ اَرْحَمَ الرّٰاحِمِیْنَ ٢٥

رفع حوادثات کیلئے

زمانے کے حادثات سے بچنے کیلئے اس درود پاک کا ہمیشہ ورد رکھنا بہت مؤثر ہے چاہے حوادث کسی بھی قسم کے ہوں۔ انشاءاللہ آدمی محفوظ رہے گا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِکْ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّعَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ اَکْرَمِ الْکُرَمَآءِ مِنْ عِبَادِکَ وَاَشْرَفِ الْمُنَادِیْنَ لِطُرُقِ رَشَادِکَ وَسِرَاجِ اَقْطَارِکَ وَبِلَادِکَ صَلٰوةً لَّا تَفْنٰی وَلَا تَبِیْدُ تُبَلِّغُنَا بِهَا کَرَامَةَ الْمَزِیْدِ.

تکلیفیں دور کرنے کیلئے

صاحب سعادت الدارین فرماتے ہیں کہ یہ درود شریف تکلیفیں دور کرنے کیلئے مجرب ہے مجھے سیدی' ولی سچے عقیدے والے شیخ ابوحسن حلاوہ الغزنی رحمۃ اللہ علیہ نے یہ درود شریف بتایا اور اس کی اجازت دی۔ جب میں نے ان سے اپنے رنج والم کی شکایت کی تھی تو جتنا اللہ نے چاہا میں نے اس کو پڑھا اور اللہ تعالیٰ نے اس کے ذریعے میرا درد و غم دور فرما دیا اور میری آرزو و تمنا سے بڑھ کر اللہ کے فضل اور نبی علیہ الصلوٰۃ والسلام پر ان بابرکت الفاظ سے درود و سلام کی برکت سے ملا۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدِ الْحَبِیْبِ الْمَحْبُوْبِ شَافِیْ الْعِلَلِ وَمُفَرِّجِ الْکُرُوْبِ وَعَلٰی آلِهٖ وَصَحْبِهٖ وَسَلِّمْ.

صاحب کشف بننے کی کنجی

جو شخص صاحب کشف بننا چاہے اسے چاہیے کہ تین سال تک اس درود پاک کو روزانہ گیارہ سو مرتبہ صبح اور گیارہ سو مرتبہ رات کو سوتے وقت پڑھے انشاءاللہ صاحب کشف ہو جائے گا اور اس پر باطنی اور پوشیدہ راز کھل جائیں گے یہ درود پاک صاحب کشف بننے کی گویا کنجی ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔

صَلَّی اللّٰهُ عَلٰی نَبِیِّ الرَّحْمَةِ شَفِیْعِ الْاُمَّةِ کَاشِفِ الْغُمَّةِ وَعَلٰی آلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِکْ وَسَلِّمْ.

وباء کے لیے فائدہ

مندرجہ ذیل درود شریف کا ورد وباؤں کے موسم میں وباء سے محفوظ رہنے کا ایک اچھا طریقہ ہے کسی قسم کی بھی وباء ہو اس کا ورد تریاق کا حکم رکھتا ہے۔ درود شریف یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَی الطِّبِّ الرَّفِیْقِ النِّعْمَةِ الْحَقِیْقِ الْخَیْرِ الصِّرْفِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ رَّسُوْلِ اللّٰهِ عَلَیْهِ الصَّلٰوةُ وَالسَّلَامُ.

روح اور دل کی تروتازگی کے واسطے

اس درود پاک کے پڑھنے سے گناہ مٹ جاتے ہیں اور دل کی تمنائیں پوری ہو جاتی ہیں۔ روح اور دل کو تروتازگی ملتی ہے۔ تمام دلی مرادیں اللہ تعالیٰ پوری فرماتا ہے۔ درود پاک یہ ہے:۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی آلِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّ عَلٰی اَصْحَابِ سَیِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَّبَارِکْ وَسَلِّمْ.

(بقیہ: حلقہ کشف المحجوب)

رحمۃ اللہ علیہ ثبوت علم کے باب کی تفسیر میں فرماتے ہیں کہ علم نفع والا اسے کہتے ہیں جو قبر کے گڑھے میں کام آئے جو نامہ اعمال میں کام آئے وہ علم جو آخرت میں کام آئے۔ پھر فرمایا کہ میری زندگی کے تجربات و مشاہدات میں یہ بات ہے کہ آدمی ایسا علم سیکھتا ہے جس سے دنیا تو ملتی ہے آخرت نہیں ملتی ایسے لوگوں سے آخری وقت میں میں نے کلمہ چھنتے دیکھا ہے۔

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہٗ پھلت)

دین اور ارباب دین سے استفادہ کا ایک نسخہ

استخفاف یعنی ہلکا اور معمولی سمجھنا‘ صوفی صاحب فرماتے تھے کہ افغانی شیخ‘ صوفی صاحب سے حضرت مولانا کا یہ ملفوظ سن کر پھڑک گئے‘ وجد میں آگئے‘ اپنے رفقاء کو بار بار متوجہ کرتے رہے کہ دیکھو عارف کا قول سنو اور ملفوظ دوبارہ صوفی صاحب سے سنانے کی فرمائش کی

شیخ کی وجاہت اور بڑی تعداد میں مسترشدین کے حلقہ کے ساتھ مطاف میں صوفی صاحب کو ان سے مناسبت سی ہوئی اور ان کا دل ان کی صحبت کو غنیمت جان کر ان کی مجلس میں بیٹھنے کو چاہنے لگا وہ روزانہ مغرب کے بعد ان کی مجلس میں بیٹھنے لگے‘ صوفی انیس صاحب خود بھی صاحب دل لوگوں میں تھے لوگوں سے تحقیق کرنے کے بعد معلوم ہوا کہ وہ افغانستان کے ایک نقشبندی سلسلہ کے بڑے شیخ ہیں‘ دو تین روز کے بعد ایک روز مجلس میں بیٹھے صوفی انیس صاحب پر‘ شیخ کی نگاہ پڑی‘ قریب بیٹھے اپنے خواص میں کسی سے انہوں نے پیچھے ہٹ کر صوفی صاحب کو آگے جگہ دینے کیلئے کہا اور صوفی صاحب کو آگے اپنے قریب بلایا۔ صوفی انیس صاحب سے ان کا نام اور پتہ معلوم کیا کہ وہ کس شیخ سے اصلاحی تعلق رکھتے ہیں؟ صوفی صاحب نے بتایا کہ میں حضرت شاہ عبدالقادر رائے پوری سے بیعت تھا اور شیخ نے اپنی حیات میں ہی مجھے تربیت کیلئے مفکر اسلام حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندوی رحمۃ اللہ علیہ کے سپرد کر دیا تھا اب انہی سے میرا اصلاحی تعلق ہے‘ وہ حضرت مولانا سے خوب متعارف تھے بلکہ حضرت مولانا سے خوب عقیدت کا تعلق رکھتے تھے شیخ نے صوفی صاحب سے فرمائش کی کہ وہ شیخ کا کوئی ملفوظ سنائیں‘ صوفی صاحب فرماتے تھے میں نے عرض کیا کہ ایک بار میں نے اپنے شیخ حضرت مولانا سید ابوالحسن علی ندوی رحمۃ اللہ علیہ سے سوال کیا کہ حضرت! اپنے شیخ سے استفادہ کی بنیادی کلید کیا ہے؟ حضرت والا نے جواب دیا کہ کسی بھی دینی ذریعہ سے‘ مسجد سے‘ مدرسہ سے‘ کتاب سے‘ قرآن مجید سے‘ حدیث شریف سے‘ استاد سے‘ دینی احکام سے‘ اپنے شیخ سے‘ غرض ہر دینی ذریعہ سے استفادہ کی بنیادی کلید ہے عظمت۔

میں نے عرض کیا کہ سب سے بڑی رکاوٹ کیا ہے؟ حضرت نے ارشاد فرمایا: استخفاف یعنی ہلکا اور معمولی سمجھنا‘ صوفی صاحب فرماتے تھے کہ افغانی شیخ‘ صوفی صاحب سے حضرت مولانا کا یہ ملفوظ سن کر پھڑک گئے‘ وجد میں آگئے‘ اپنے رفقاء کو بار بار متوجہ کرتے رہے کہ دیکھو عارف کا قول سنو اور ملفوظ دوبارہ صوفی صاحب سے سنانے کی فرمائش کی‘ صوفی صاحب نے دوبارہ سنایا تو بس یہی فرماتے رہے: کیا بات فرمائی‘ کیا نسخہ ارشاد فرمایا‘ بلاشبہ دین اور اسباب دین سے استفادہ کی شاہ کلید عظمت ہے مگر ہمارے زمانے میں اس کی بہت کمی ہوگئی ہے‘ خصوصاً دینی مدارس اور دینی مشاغل سے لگے افراد اور طلباء میں اس کی بہت کمی محسوس ہوتی ہے‘ عموماً دینی تعلیم کی مشغولی یا دینی کاموں کی توفیق کو نعمت عظمٰی سمجھنے کے بجائے مجبوری اور ایک طرح سے احساس کمتری کے ساتھ ہم لوگ دین اور اہل دین اور دینی خدمات سے وابستہ رہتے ہیں‘ مگر ایسا لگتا ہے کہ دل و دماغ پر دین اور اہل دین اور ذرائع دین کا استخفاف ہم پر سوار ہے بلکہ بعض دفعہ اس سے بڑھ کر ایک طرح سے اہانت تک بات پہنچ جاتی ہے۔ دینی اعمال کے سلسلہ میں بھی ہمارا یہی معاملہ ہے اور ان کی تعلیم و تربیت اور واجب‘ سنت اور مستحب کی ترغیب کی بات جب زور دے کر کی جاتی ہے تو اکثر جواب ہوتا ہے کہ آپ اتنا کیوں زور دے رہے ہیں‘ سنت ہی تو ہے‘ مستحب ہی تو ہے‘ بلاشبہ یہ دین اسلام بہت آسان دین ہے اور اس میں بڑا توسع اور انسان کیلئے بہت ڈھیل اور گنجائش ہے اور ہمارے فقہاء نے اعمال و احکام کے درجے طے کر کے بڑا احسان کیا ہے۔ سنت اور مستحب اگر چھوٹ جائے تو فقہی لحاظ سے حرام نہیں‘ مگر یہ انداز کہ سنت ہی تو ہے مستحب ہی تو ہے یہ دین اور احکام دین اور ذرائع دین کے استخفاف‘ بلکہ دل میں اس کی اہانت کی نشاندہی کر رہا ہے اور اس استخفاف کے ساتھ کسی بھی دینی ذریعہ سے فائدہ اٹھانا محال ہے۔

کاش ہم ایک عارف کامل کے بتائے نسخہ کیمیا کو سمجھ کر اس سے فائدہ اٹھاتے!!!

قارئین نوٹ فرمالیں!

رسالے میں جتنے بھی مضامین شائع ہوتے ہیں مختلف لوگوں کے طبی اور روحانی مشاہدات ہوتے ہیں۔ خیر خواہی کے جذبے کو سامنے رکھ کر شائع کر دیئے جاتے ہیں۔ لہٰذا ایڈیٹر کا ان کی رائے سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ (ادارہ)

(بقیہ: چند قطروں سے نارمل ڈیلیوری ممکن ہے)

اس کے بقول وہ کچھ عرصے کے بعد پھر اس کی رپورٹ ملی کہ بادام روغن کے اتنے اچھے رزلٹ ملے کہ گمان سے بالاتر کہ اب اس نسخے پر اتنا اعتماد بڑھ گیا ہے کہ لوگوں نے باقاعدہ بادام روغن کو پیک کروا کر اس کو ڈیلیوری کیلئے سپیشل گفٹ دیتے ہیں کہ جو خواتین باسہولت ڈیلیوری چاہتی ہے وہ بادام روغن کو ابتداء ہی سے استعمال کرنا شروع کر دیں۔ ایک دفعہ کی بات ہے کہ لاہور کے ایک مریض اپنے ساتھ ایک اور مریض لائے کہنے لگے کہ مجھے تکلیف تھی میں صحت یاب ہوا اب میں نے صرف اپنے رشتے دار کی دوائی لینی ہے یہ میرے رشتے دار انڈیا بنگلور سے آئے ہیں انہیں کوئی تکلیف ہے۔ میں نے ان کی تکلیف کی دوا دی دوا دینے کے بعد مجھ سے پوچھنے لگے کہ حاملہ کی تنفس کیلئے کچھ تجربہ بتائیں کہ ہمارے خاندان میں خون کی کمی کا مرض ہے جب بھی ہماری کوئی بیٹی حاملہ ہوتی ہے تو اس کے اندر خون کی کمی‘ نڈھالی کمزوری اور اکثر وقت ہسپتالوں اور ڈرپوں میں گزرتا ہے میں نے انہیں بادام روغن کا نسخہ بتایا اور یہ کہا کہ بادام روغن کے دس قطرے انہیں پلانا شروع کریں اس سے کمزوری بھی ختم ہوگی اور نارمل ڈیلیوری بھی ہوگی۔ وہ سن کر چلے گئے وہ صاحب جو لاہور سے انہیں لائے تھے ایک بار کسی مریض کو لے کر آئے تو ساتھ ان کا پیغام بھی لائے کہنے لگے ان کا بہت شکریہ کا خط ملا تھا اور وہ کہہ رہے تھے کہ میں نے جس کو بھی یہ نسخہ بتایا ہے کمزوری بھی ختم ہوئی ڈیلیوری بھی نارمل ہوئی اور اس سے ایک اور فائدہ جو خود میرے لیے نیا انکشاف تھا مرض اٹھرا ختم ہوگیا۔ ایسی خواتین جن کو اٹھرا کا مرض تھا بادام روغن کے استعمال کی وجہ سے ان کے حمل میں بڑی احتیاط ہوئی اور اٹھرا ختم ہوگیا۔ قارئین! یہ بظاہر چھوٹا سا نسخہ لیکن ایک قیمتی نسخے سے بڑھ کر ایک قیمتی راز ہے جو طب و صحت کے اندر ایک حد درجہ کمال رکھتا ہے اس چھوٹے سے نسخے کو استعمال کر لیا جائے اور اس کو رواج دلایا جائے۔ یقین جانیے آپریشن کے بعد عورتیں کھوکھلی ہوجاتی ہیں اور اکثر آپریشن کے بعد عورتوں کی کوکھ بانجھ ہوجاتی ہے یا پھر وہ طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا ہوجاتی ہیں۔ میرے پاس اکثر خواتین آتی ہیں مجھے ان پر ترس آتا ہے۔ ایک آپریشن‘ دو آپریشن اور بعض خواتین کے بار بار آپریشن انہیں اور بے شمار بیماریوں میں مبتلا کر دیتے ہیں کیوں نہ بادام روغن کے ان دس قطروں کو رواج دیا جائے اور استعمال کر لیا جائے۔ جہاں طاقت ملے‘ تنفس ملے اور زچہ و بچہ کو صحت ملے وہاں نارمل ڈیلیوری کی خوشخبری بھی ساتھ ملے۔ آخر میں ایک چھوٹا سا اور واقعہ سناتا ہوں۔ ایک صاحب میرے پاس تشریف لائے پیشے کے لحاظ سے صحافی تھے ان کو طبی دنیا اور طبی ٹوٹکوں پر اعتماد نہیں تھا لیکن مجھ پر اعتماد کر کے اکثر مجھ سے ادویات لے جاتے تھے تھوڑی استعمال کرتے فائدہ ہوجاتا باقی ضائع کر دیتے۔ میرا اکثر ان سے یہی شکوہ ہوتا کہ دوا پوری استعمال کیا کریں۔ ایک دفعہ اپنی بہو کو ساتھ لائے جو حمل کے پانچویں مہینے سے گزر رہی تھی۔ طرح طرح کی تکالیف اور ڈاکٹروں نے مکمل بیڈ ریسٹ لکھا تھا اور ڈاکٹروں نے یہ خبر بھی سنائی تھی کہ بچہ الٹا ہے اور ڈیلیوری نارمل ناممکن ہے ابھی سے خون کی بوتلوں کا انتظام اور اس کیلئے ادویات کی ترتیب مشورے میں شامل تھی۔ یہ ساری باتیں سن کر میں نے ان سے عرض کیا کہ اگر آپ میری بات مانیں اور بادام روغن کا یہی ٹوٹکا استعمال کرنا شروع کر دیں قہقہہ لگا کر کہنے لگے ان دس قطروں سے کیا ہوگا؟ ان سے عرض کیا کچھ بھی نہیں ہوگا۔ نارمل ڈیلیوری اگر نہیں ہوگی تو آپ آپریشن کروا لیجئے گا استعمال کرنے میں کوئی حرج تو نہیں آپ میری بات مان کر استعمال شروع تو کر دیں۔ کچھ تھوڑی سی بحث و تمحیص کے بعد آخر راضی ہوگئے اور بادام روغن استعمال کرانا شروع کر دیا۔ ایک کے بعد دوسرا دوسرے کے بعد تیسرا مریض آیا پچھلی بات بھول گیا۔ کئی ماہ کے بعد ایک صاحب ملے وہ کہنے لگے واقعی طب کے بعض ٹوٹکے غضبناک ہوتے ہیں۔ کہنے لگے کہ خود الٹرا ساؤنڈ کرنے والی لیڈی ڈاکٹر حیران اور وہ ڈاکٹر حیران جنہوں نے اس کا تجزیہ کیا تھا اور جنہوں نے اس کا آپریشن تجویز کیا تھا واقعی حیران ہیں کہ اس سے نارمل ڈیلیوری ہوسکتی ہے اور کہنے لگے کہ اس سے واقعی نارمل ڈیلیوری ہوئی اور ڈاکٹر بھی حیران اور بچہ بھی تندرست اور بچے کی ماں بھی بالکل صحت مند اور کہنے لگے کہ آپ ایسے ٹوٹکے آئندہ بھی مجھے بتایا کریں مجھے اب احساس ہوا ہے کہ طب کے چند ٹوٹکے غضبناک ہوتے ہیں میں نے ان سے عرض کیا کہ طب کے چند ٹوٹکے نہیں بلکہ ہر ٹوٹکہ غضبناک ہوتا ہے۔ قارئین! روغن بادام کا یہ ٹوٹکہ آپ بھی استعمال کریں۔ حاملہ خواتین‘ حمل کے بعد بھی استعمال کر سکتی ہیں۔ یعنی ڈیلیوری کے بعد بھی استعمال کر سکتی ہیں۔ حیرت انگیز طور پر صحت مند خاتون‘ دودھ بڑھتا ہے اور صحت بڑھتی ہے اور بادام روغن ملا ہوا دودھ بچہ پیتا ہے تو اس کو قبض نہیں ہوتی الٹی نہیں ہوتی اور بے شمار بیماریوں سے بچا رہتا ہے۔

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

66

ماہنامہ عبقری ® لاہور

دسمبر 2011ء بمطابق محرم الحرام 1432 ہجری

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

قیمت فی شمارہ 30 روپے

ناممکن روحانی مشکلات
لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

- ☆ متوازن غذا سے لاثانی حسن حاصل کیجئے
- ☆ مجھ پر وار کر کے میرا سب کچھ برباد کر دیا
- ☆ ویران مسجد کی خدمت سے ترقی اور کمال
- ☆ عینک توڑ مچھلی کا سوپ' آزمانے کے بعد
- ☆ دو انمول خزانے جنات بھی پڑھتے ہیں
- ☆ عورت کے چہرے پر بال اچھے لگے
- ☆ بچے کی ذہنی استعداد میں اضافہ کیجئے
- ☆ دائمی قبض اور بواسیر کا فریدی ٹوٹکہ
- ☆ ٹینشن سے نجات اور مسخرہ جانور
- ☆ کاروباری رکاوٹ کا انوکھا وظیفہ
- ☆ باجرہ کے دانے میں جوانی کا راز
- ☆ روزانہ غیب سے رقم ملنے کا عمل

انشاءاللہ
حضرت حکیم صاحب کا کلینک / درس شیڈول
تاریخ اور مقام کیلئے اندرونی صفحات ملاحظہ فرمائیں

عَبْقَرِيٍّ حِسَانٍ ۚ فَبِاَيِّ اٰلَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبٰنِ ۚ القرآن

بیاد: حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوبؒ، جناب حکیم محمد رمضان چغتائیؒ

زیر سرپرستی: شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المعتی مدظلہ، حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ (پھلت)

شمارہ نمبر 6 جلد نمبر 6 | نومبر 2011ء بمطابق محرم الحرام 1433 ہجری

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

ماھنامہ عبقری لاہور دسمبر 2011ء

مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی (پی ایچ ڈی امریکہ)

مشاورت: حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجمل الٰہی شمسی، میاں محمد طارق، امتیاز حیدر اعوان

قیمت فی شمارہ 30 روپے | اندرون ملک سالانہ 360 روپے بیرون ملک سالانہ 60 امریکی ڈالر

فہرست مضامین

ماہنامہ عبقری اب جیل میں بھی

عبقری ٹرسٹ زندگی کے مختلف شعبہ ہائے جات میں شب و روز خدمت خلق میں مصروف عمل ہے۔ اب اس شعبے کو مزید وسعت دیتے ہوئے جیل کے قیدیوں کی اصلاح' تربیت اور ان کی جسمانی اور روحانی صحت کیلئے ماہنامہ عبقری مختلف جیلوں میں بالکل مفت پہنچایا جائے گا۔ امید ہے قارئین اور مخیر حضرات عبقری ٹرسٹ کے معاون بنیں گے۔ بہتر مشورہ یا انتظامی طور پر معاونت کرنے والے بھی ضرور رابطہ کریں۔

فالتو کتابیں رسالے صدقہ جاریہ بنیں

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں ایڈیٹر ماہنامہ عبقری کو ہدیے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائینگے اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوں گے۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کرینگے یا پھر آپ ازراہ کرم ارسال فرما دیں۔ نوٹ: درسی اور نصابی کتب ارسال نہ کریں۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ زر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

عبقری ٹرسٹ کے ذریعے مستحقین کی امداد

رجسٹریشن نمبر: RP/6237/L/S/10/1534

عبقری جہاں روحانی جسمانی شعبوں کے ذریعے عالم انسانیت کے دکھی لوگوں کی خدمت کا کام سرانجام دے رہا ہے وہاں سالہا سال سے عبقری لوگوں کی دفتر تک پہنچائی ہوئی اشیاء مثلاً پرانے کپڑے' برتن' جوتے' فرنیچر' رضائیاں' کمبل اور اس کے علاوہ گھریلو استعمال کی تمام اشیاء غریب نادار اور مستحق لوگوں تک پہنچا رہا ہے۔ اپنی استعمال شدہ پرانی اشیاء کو ناکارہ سمجھ کر ضائع نہ کیجئے یقیناً یہ کسی مستحق کی خوشیوں کا سامان ہے۔ دوسرے شہروں کے لوگ ٹرک یا ٹرین کے ذریعے عبقری کے دفتر بھیج کر بلٹی کر دیں شکریہ!

(رقم بھیجنے والے وضاحت کریں کہ زکوٰۃ ہے یا صدقہ)

ضروری اطلاع: حکیم صاحب سے ملاقات کیلئے آنے سے پہلے فون نمبر 042-37552384,37597605,37586453 پر وقت لیکر آئیں۔ حکیم صاحب صرف (پیر' منگل' بدھ' جمعرات) کو ملاقات کرتے ہیں۔ موسم سرما میں کلینک کے اوقات 2 بجے اور موسم گرما میں 3 بجے شروع ہوتے ہیں۔

... والے حضرات سے معذرت ہے۔ بحث سے گریز کریں۔

... شیڈول تمام ملاقاتیوں کیلئے ہے۔

بغیر وقت لیے ...

وقت پر نہ آنے والے حضرات کی باری ...

خط و کتابت کا پتہ: "عبقری" مرکز روحانیت و امن 78/3 قرطبہ چوک ... عبقری اسٹریٹ مزنگ چونگی لاہور

042-37

نزد گوگا نیلام گھر سابقہ ...

نقشہ: مزنگ چونگی (قرطبہ چوک نزد عابد مارکیٹ) گوگا نیلام گھر سابقہ یونائیٹڈ بیکری کیساتھ عبقری اسٹریٹ کے آخر میں عبقری کا دفتر ہے۔ موبائل: 0322-4688313 Website:www.ubqari.org

دعا آپ کی، آمین فرشتوں کی

حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ نے ارشادفرمایا: جو شخص کسی مصیبت زدہ کو تسلی دیتا ہے تو اسے اس مصیبت زدہ جیسا ثواب ملتا ہے۔(ترمذی)

حضرت ابودرداء رضی اللہ عنہٗ فرماتے ہیں کہ نبی کریم ﷺ ارشادفرماتے ہیں: ''مسلمان کی دعا اپنے مسلمان بھائی کیلئے پیٹھ پیچھے قبول ہوتی ہے۔ دعا کرنے والے کے سر کی جانب ایک فرشتہ مقرر ہے جب بھی یہ دعا کرنے والا اپنے بھائی کیلئے بھلائی کی دعا کرتا ہے تو اس پر وہ فرشتہ آمین کہتا ہے اور (دعا کرنے والے سے) کہتا ہے اللہ تعالیٰ تمہیں بھی اس جیسی بھلائی دے جو تم نے اپنے بھائی کیلئے مانگی ہے۔(مسلم)

حضرت خالد بن عبداللہ قسری رحمۃ اللہ علیہ اپنے والد سے اور وہ اپنے دادا سے نقل کرتے ہیں کہ ان سے رسول اللہ ﷺ نے دریافت فرمایا: کیا تم کو جنت پسند ہے یعنی کیا تم جنت میں جانا پسند کرتے ہو؟ میں نے عرض کیا: جی ہاں! ارشادفرمایا: اپنے بھائی کیلئے وہی پسند کرو جو اپنے لیے پسند کرتے ہو۔(مسند احمد)

حضرت عمران بن حصین رضی اللہ عنہما روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشادفرمایا: جس شخص کا کسی دوسرے شخص پر کوئی حق (قرضہ وغیرہ) ہو اور وہ اس مقروض کو ادا کرنے کیلئے دیر تک مہلت دے دے تو اس کو ہر دن کے بدلہ صدقہ کا ثواب ملے گا۔(مسند احمد)

حضرت کعب بن مالک رضی اللہ عنہٗ روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشادفرمایا: جو شخص کسی بیمار کی عیادت کیلئے جاتا ہے وہ رحمت میں غوطہ لگاتا ہے اور جب (بیمار پرسی کیلئے) اس کے پاس بیٹھتا ہے تو رحمت میں ٹھہر جاتا ہے۔(مسند احمد)

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا | حال دل | ایڈیٹر کے قلم سے

قارئین! میں کشمیر کی پہاڑیوں کی طرف گیا ہوا تھا کسی کو اطلاع نہیں تھی لیکن حیرت مجھے اس بات کی ہوئی کہ اس جگہ عبقری کو پڑھنے والے بھی مل گئے۔ حالانکہ وہ دیہات تھا۔ بہت سے لوگ اکٹھے ہوگئے، ایک شخص نے مجھے اپنا تجربہ ومشاہدہ بتایا کہنے لگے ہمارے ہاں مرغیاں رات کو درختوں پر چڑھ کر بیٹھ جاتی ہیں اور بالکل محفوظ ہوتی ہیں۔ صبح اتر کے دانہ دنکا چن کر پھر درختوں پر چڑھ جاتی ہیں لیکن ایک نظر ایسی ہے جو انہیں درختوں سے اتر کر صاحب نظر کے قدموں میں آنے پر مجبور کردیتی ہے۔

میں حیرت سے بول پڑا، پوچھا وہ نظر کس کی ہے؟ جو شخص مجھے یہ مشاہدہ سنا رہے تھے وہ دراصل عبقری کے پرانے قاری تھے۔ انہیں پتہ چلا کہ عبقری کے ایڈیٹر ہماری بستی میں آئے ہوئے ہیں تو سب کام چھوڑ کر مجھے ملنے آئے خوش ہوئے، بہت مسرور ہوئے، مجھے کہنے لگے یہ نظریں بھیڑیئے کی ہیں، بھیڑیئے کی نظروں میں یہ تاثیر ہے کہ وہ رات کے اندھیرے میں نکلتا ہے اور درختوں پر نظر ڈالتا ہے اور جب محسوس کرتا ہے کہ مرغی ہے اور درخت پر بیٹھی ہے اس کی طرف اپنی شکاری نظریں گاڑھ کر دیکھتا ہے اور جب اس کی نظریں مرغی پر جاتی ہیں تو مرغی وہاں سے اڑتی ہے اور بھیڑیئے کے قدموں میں آکر گرتی ہے اور بھیڑیا اسے شکار کرلیتا ہے۔

قارئین! یہ چھوٹی سی بات میں سن رہا تھا اور حیران بھی ہو رہا تھا اور حیران اس بات پر ہو رہا تھا کہ ایک بھیڑیئے کی نظروں میں یہ تاثیر اور نظریں بھی شکاری اور ایک اللہ والا جس کی نظر میں اللہ کی محبت کا خمار ہو، جس کے دل میں اللہ کے دل کی لذت اور سرور ہوگا۔ کیا اس کی نظروں میں اثر نہیں، یقیناً اثر ہوتا ہے اور اس اثر کے کئی مشاہدات وتجربات ہیں میری زندگی میں اس اثر سے لوگ اللہ والے کے قدموں میں جاگرتے ہیں اور اپنا دل دے دیتے ہیں اور دل کی دنیا سنوار لیتے ہیں۔ ایک چھوٹا سا واقعہ سناتا ہوں:۔

یہ 1984ء کی بات ہے جب میں ایک اللہ والے کے ساتھ منسلک ہوا انہی صاحب کے حوالے سے میں ان کی خدمت میں پہنچا تھا کچھ عرصہ آتا جاتا رہا۔ انہوں نے کوئی توجہ نہیں فرمائی اور یہ مجھے بعد میں محسوس ہوا کہ وہ میری طلب دیکھ رہے تھے کہ اس میں طلب سچی ہے یا کچی، یا اپنی چاہت میں سچا ہے یا کچا لیکن میں نے بھی ان کی خدمت میں آنا جانا نہ چھوڑا اور ان کی خدمت کرتا رہا، جتنی بھی زیادہ خدمت ہوسکتی تھی، وہ بدنی خدمت تھی جس طرح کی بھی خدمت تھی میں کرتا رہا۔ ایک دفعہ کی بات ہے جب میں ان کے روبرو حاضر ہوا اکیلے بیٹھے تھے بڑھاپے کے عالم میں بھی ان کی نظریں کمزور نہیں تھیں، بس مجھے محسوس ہوا کہ انہوں نے مجھے کسی خاص نظر سے دیکھا ہے، بس وہ نظریں کیا تھیں، ایک انوکھا سا کیف اور کیفیت جس کو میں شاید لفظوں میں بیان نہ کرسکوں، میرے دل کو کھا گئیں، اور میرا سانس پھولنے لگا اور میرے خون کے اندر ایک عجیب وجد اور انوکھی کیفیت پیدا ہوگئی اور میں بے ساختہ تیسرا کلمہ پڑھنے لگا۔ اب مجھے پتہ نہ چلا کہ مجھے کیا ہوگیا، بس ان کی خدمت میں بہت دیر خاموش دل ہی دل میں ذکر کرتا رہا، وہ خاموش بیٹھے رہے کچھ نہ بولے اور میں والہانہ انداز میں ہلکی آواز میں ذکر کرتا رہا۔ مدہوشی کی کیفیت تھی، ایک ایسی مدہوشی جو شاید میں آپ کو لفظوں میں نہ پہنچاسکوں، ایک ایسا لذت کا سرور جس میں شاید میرا قلب وہ لفظ تراش نہ سکے۔ ایک ایسا وجدان جس کی خبر میرے دل کو ہے بہت دیر تک بیٹھا ذکر کرتا رہا، پھر اٹھا اور قریب مسجد میں چلا گیا، وضو تھا لیکن پھر وضو کیا، اس وضو کی لذت مجھے آج تک نہیں بھولی، پھر میں نے دو نفل شکرانے کے پڑھے، اس نفل کے سجدے پھر مجھے شاید ہی کبھی نصیب ہوں، پھر میں نے لمبی دعا مانگی اور دعا میں میرے آنسو اور ہچکیاں اور سسکیاں پھر کبھی شاید ہی مجھے میسر ہوں، پھر ایک شعر میری زبان پر جاری ہوا

اور وہی کا وہی شعر بعد میں ایک کہنے والے نے بھی کہہ دیا | میرے من میں تھیں بڑی چاہتیں میرے دل میں تھیں بڑی لذتیں

جس طرح نظر بد لگتی ہے اسی طرح اچھی نظر بھی لگتی ہے۔ نظر بد تو آپ نے سنی لیکن اچھی نظر نہ آپ نے کبھی سنی نہ دیکھی نہ پرکھی۔ اے کاش! کبھی ہمیں اچھی نظر کا تجربہ اور مشاہدہ ہوجائے لیکن اس کیلئے تلاش اور طلب بہت ضروری ہے، طلب والے بہت کم ہیں، تلاش والے بہت کم ہیں۔

درسِ روحانیت و امن

ہفتہ وار درس سے اقتباس
حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی

آپ ﷺ نے فرمایا: تم دنیا میں اس طرح رہو جیسے کوئی مسافر یا رہ گزر رہتا ہے

بے نمازی کی نحوست: ایک درویش کے پاس ایک آدمی آیا اور عرض کرنے لگا: حضرت گھر میں برکت ختم ہوگئی ہے۔ فرمانے لگے: لگتا ہے تیرے گھر میں کوئی بے نمازی ہے جبھی برکت ختم ہوگئی ہے عرض کرنے لگے: نہیں میرے گھر میں کوئی بے نمازی نہیں ہے۔ تو فرمایا: پھر لگتا یہ ہے کہ تیرے گھر کے آگے سے کوئی بے نمازی گزرتا ہے جس نے چین اور سکون کا سارا سامان اور سارے دروازے بند کردیے۔

رحمت کی ہوا کیوں نہیں آرہی؟: ہم سفر کررہے تھے لاہور سے کراچی ایک صاحب کہنے لگے: مجھے ٹھنڈی ٹھنڈی ہوا نہیں آرہی: میں نے کہا: اوپر پوائنٹ لگا ہے، اس کو کھول کر دیکھیں! ہر کسی کے لئے پوائنٹ لگا ہوا ہے اس کو کھولیں، پھر دیکھیں ٹھنڈی ہوا آتی ہے کہ نہیں۔ کہنے لگے: میں کھول لیتا ہوں۔ اس کو کھولا اور اس کا رخ اپنی سیٹ کی طرف کیا ٹھنڈی ہوا آ گئی۔

ہم نے رحمتوں کی ٹھنڈی ہواؤں کے پوائنٹ بند کئے ہوئے ہیں وہ دروازے بند کئے ہوئے ہیں...... وہ دروازے ہی بند ہو گئے جب دروازے ہی بند ہوگئے پھر کہاں سے ٹھنڈی ہوائیں آئیں گی پھر تو گرم ہوائیں آئیں گی پھر وہ جلائیں گی پھر جلن ہوگی پھر کڑھن ہوگی پھر معاملہ تلخ ہوگا۔

اکلوتا بیٹا وبال جان بن گیا: ایک صاحب میرے پاس آئے نفسیاتی مریض بن چکے تھے اور مجھے آکر بہت تنگ کیا، بہت ہی تنگ کیا، ان کی اہلیہ بھی ساتھ تھیں مجھ سے کہنے لگے: ایک ہی بیٹا تھا اس کو آرمی آفیسر بنایا وہ منہ موڑ گیا اور صدمے بھی تھے لیکن یہ آخری صدمہ مجھے کھا گیا، اسی صدمے نے مجھے نفسیاتی مریض بنا دیا ہے میں آپ کو پریشان کررہا ہوں، خود ہی کہنے لگے: مجھے احساس ہورہا ہے، لیکن میں بے چین ہوں پریشان ہوں میں نے ان سے سوال کیا کہ کیا تعلیم دلائی تھی بیٹے کو۔ کہنے لگے: کالج یونیورسٹی میں پڑھایا بڑے پیسے خرچ کئے اس کی تعلیم پر بڑے اخراجات کئے۔ (میں کراچی میں آرہا تھا اپنی سواری کی طرف تو مجھ سے گاڑی میں ایک صاحب کہنے لگے: یہ امریکن سکول ہے یہاں پہلی کلاس کی فیس 7500 روپے ہے)۔

میں نے ان صاحب سے ایک سوال کیا کہ اتنا خرچہ کیا آپ نے، اتنا عرصہ لگایا، اتنی تعلیم دی، کیا آپ نے اس پہ اخلاق کی، ایمان کی تعلیم پر بھی کوئی خرچہ کیا؟

کیا ہم صحیح کر رہے ہیں؟ میں اکثر دیکھتا ہوں کوئی ہمارے قاری صاحب ہیں' کوئی مولوی صاحب ہیں بے چارے ان کو 100 یا 50 دے دیتے ہیں کہ وہ قرآن پڑھانے آرہے ہیں اور انگلش پڑھانے کے لئے بچوں کو گاڑیوں پر لے جاتے ہیں ٹیوٹر کے پاس اور انکے لیے اسپیشل ٹائم ہے۔ اور ان کی پانچ، دس ہزار روپے فیس ہے اور سن لو! آج یہ بچے کو خاموش تبلیغ ہے بچہ کہتا ہے کہ جس چیز کی جتنی قیمت ہے، اس چیز کی اتنی فیس ہے، جس چیز کی جتنی قیمت ہے، اس کا استاد بھی اتنا کامل ہے، معتبر ہے۔ یہی زیادہ تعلیم یافتہ ہے بچہ کہتا ہے کہ جس چیز کی جتنی اہمیت ہے اس کے مطابق مجھ سے کرایا جارہا ہے۔ قرآن کی اہمیت ہی نہیں ہے لہٰذا بس ٹھیک ہے۔ اس کے دل کے اندر یہ بات نقش ہوجاتی ہے پوری زندگی کے لئے کہ بس قرآن ایک رواجی کتاب یا مذہبی کتاب ہے۔

مجھ سے ایک قاری صاحب کہنے لگے "میں گھروں میں قرآن پڑھانے نہیں جاتا میں کہتا ہوں یہ توہین ہے قرآن کی گھر گھر جاکے پڑھانا۔ ایک صاحب نے مجھے مجبور کیا میں نے شرائط رکھیں پہلی شرط یہ ہے کہ اگر میں جاؤں گا تو بچے کہتے ہیں قاری صاحب آج ہم نہیں پڑھتے اگر نہیں پڑھنا تو پہلے سے مجھے اطلاع ہو اس قسم کی کچھ شرائط رکھیں اور پھر کہنے لگے کہ پھر بھی میں کہتا ہوں کہ یہ قرآن کی توہین ہے وہ کہنے لگے اگر جس طرح نماز کے بارے میں ہے کہ کچھ مجبوری ہے جان کا خطرہ ہے یا ایمان کا خطرہ ہے یا کچھ اور خطرات ہیں مجبوری کے عالم میں وہ بھی ایسا آدمی رکھیں جو صحیح قرآن پڑھا سکتا ہو۔ اس کا لہجہ ٹھیک ہو۔ اس کا اخلاق ٹھیک ہو اس کا ایمان ٹھیک ہو تو پھر کرسکتے ہیں۔"

دعوت سے نظام بدل رہا ہے: قرآن کی قیمت ہی نہیں کہ اس لیے اس کو اٹھا کے رکھ دیا اور اسی وجہ سے مدارس میں (raw material) جاتا ہے۔ اندھا، لولا لنگڑا، کانا، غریب، اپاہج یہ بچے مدارس میں جاتے ہیں لیکن اب اللہ نے نظام بدل دیئے ہیں۔ جرنلوں کے بیٹے میں نے دیکھے ہیں۔ بڑے بڑے پروفیسروں کے بیٹے دیکھے ہیں میں نے دو یونیورسٹی کے جوان دیکھے کہنے لگے کہ یونیورسٹی چھوڑ کے ہم نے مدرسے میں داخلہ لے لیا ہے۔ اب نظام بدل رہا ہے مومن کی دعوت کی محنت کی وجہ سے۔

خدا کے روٹھنے کا سبب: زندگی کے شب و روز کو دیکھیں کن کن چیزوں کو ہم نے چھوڑ کے اپنے گھروں کو آتش کدہ بنا لیا ہے کن چیزوں کو ترک کرکے ہمارے گھر آج جہنم کا حصہ بنے ہوئے ہیں اور ہم پہ یہ زوال آگیا ہے۔ وہ برکت والے اعمال تھے۔ ان کو ہم نے چھوڑ دیا، ان سے منہ موڑ لیا اور وہ برکت والے اعمال ہم سے دور ہوگئے تو اللہ کی رحمتیں ہم سے دور ہوگئیں اور آج ہم پریشان ہیں...... گھر گھر پریشان ہے۔ یہ میں آپ سے اس لئے کہہ رہا ہوں کہ سارا دن میرے پاس یہی کیس آتے ہیں ہر شخص پریشان ہے اس لئے کہ وہ سکون والی...... چین والی زندگی ہم نے چھوڑ دی۔

اولیاء سے تعلق ختم ہونے کی وجہ: میرے حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری رحمۃ اللہ علیہ کی بات یاد آگئی فرمایا جو ہر وقت اور ہر کسی پہ اعتراض کرے گا اللہ اس کی زندگی سے چین ختم کردے گا۔ میری بات کو یاد رکھنا جو ہر کسی پہ اعتراض کرے گا۔ ایک بزرگ کو ایک دفعہ ایک آدمی کے پاس ملاقات کیلئے لے جارہے تھے تو راستے میں ان بزرگ نے اس کے کوائف پوچھے تو انہوں نے کہا کہ جی اعتراض کرتا ہے انہوں نے کہا کہ بس مجھے مت لے جاؤ اس کے پاس میں اس کے لئے دعا کرتا ہوں۔ فرمایا: آدمی ہمیشہ دو وجہ سے گرتا ہے یا کوئی گناہ کبیرہ میں مبتلا ہوجائے یا پھر اسکے اندر اعتراض آجائے۔ اس کو پتہ ہی نہیں چلے گا۔ وہ اتنا دور چلا جائے گا اس کو علم ہی نہیں ہوگا ہر کسی پہ اعتراض کرنے کی وجہ سے۔ **(جاری ہے)**

درس سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ کے درس ہدایت کی محفل میں ہر جمعرات کو میرا بچہ آتا ہے۔ میرا بچہ حافظ عبدالباسط ہے وہ نماز نہیں پڑھتا تھا اب ماشاءاللہ پابندی سے پانچوں وقت کی نماز پڑھتا ہے اور اب ڈاڑھی بھی رکھ لی ہے اور بھی بہت سی تبدیلیاں آئی ہیں' ہر کسی کا بہت ادب کرتا ہے' سب سے پیار محبت سے بات کرتا ہے' اور ہر کسی کو نماز اور دوسرے اسلام کے احکامات کے بارے میں بتاتا رہتا ہے۔ میں اسے جب بھی دیکھتی ہوں تو بہت خوش ہوتی ہوں اور آپ کو بہت ساری دعائیں دیتی ہوں۔ **(ایک ماں' لاہور)**

درس کی سی ڈی اور کیسٹ کے حصول کیلئے تفصیل آخری صفحے پر

صحابہ رضی اللہ عنہم اور اہل بیت رضی اللہ عنہم کا عشق رسول صلی اللہ علیہ وسلم

ابن سرور محمد اویس لاہور

یہ سن کر حضرت زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''میں اسلام لانے کے بعد کبھی حضور ﷺ سے جدا نہیں ہوا لیکن میں نے حضور ﷺ کو یہ جملہ فرماتے ہوئے سنا ہے'' جس نے جان بوجھ کر کسی بات کو میری طرف منسوب کیا تو اس کا ٹھکانہ جہنم ہے۔

حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کا عشق رسول ﷺ

حضرت زبیر بن العوام رضی اللہ عنہ اگرچہ کمسن تھے لیکن استقامت وجانثاری میں کسی سے پیچھے نہ تھے قبول اسلام کا واقعہ ہے کہ ایک دفعہ کسی نے مشہور کردیا کہ مشرکین نے آنحضرت ﷺ کو گرفتار کرلیا ہے یہ سننا تھا کہ جذبہ عشق نبوی ﷺ میں بے خود ہوکر اسی وقت ننگی تلوار کھینچ کر مجمع کو چیرتے ہوئے آستانہ اقدس پر حاضر ہوئے' رسول اللہ ﷺ نے دیکھا تو پوچھا ''زبیر! یہ کیا ہے؟ عرض کی مجھے معلوم ہوا تھا کہ آپ ﷺ کو گرفتار کرلیا گیا ہے۔'' ننھے زبیر کا یہ جذبہ دیکھ کر سرور کائنات ﷺ بہت خوش ہوئے اور ان کیلئے دعا خیر فرمائی۔

اہل سیر فرماتے ہیں کہ یہ پہلی تلوار تھی جو راہ فدویت وجانثاری میں ایک بچہ کے ہاتھ سے برہنہ ہوئی۔

حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کا خوف آخرت

عبداللہ بن زبیر رضی اللہ عنہ نے ایک مرتبہ حضرت زبیر بن العوام رضی اللہ عنہ سے پوچھا ''آخر کیا وجہ ہے کہ میں نے آپ کو کبھی حضور ﷺ کی کوئی حدیث بیان کرتے ہوئے نہیں سنا جیسا کہ عبداللہ بن مسعود رضی اللہ عنہ اور فلاں فلاں صاحب کو احادیث بیان کرتے سنا ہے۔'' یہ سن کر حضرت زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''میں اسلام لانے کے بعد کبھی حضور ﷺ سے جدا نہیں ہوا لیکن میں نے حضور ﷺ کو یہ جملہ فرماتے ہوئے سنا ہے'' جس نے جان بوجھ کر کسی بات کو میری طرف منسوب کیا تو اس کا ٹھکانہ جہنم ہے۔

حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کی دولت

حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کے تمول اور مالداری کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ ان کے تمام مال کا تخمینہ پانچ کروڑ دو لاکھ درہم (یا دینار) کیا گیا تھا لیکن اس قدر مال کے باوجود بائیس لاکھ کے مقروض تھے اس کی وجہ سے تھی کہ عموماً لوگ اپنا مال ان کے پاس جمع کرتے تھے لیکن یہ احتیاط کے خیال سے سب سے کہہ دیتے تھے کہ امانت نہیں بلکہ قرض کی حیثیت سے لیتا ہوں' اسی طرح بائیس لاکھ کے مقروض ہوگئے۔ جب حضرت زبیر رضی اللہ عنہ جنگ جمل کیلئے تیار ہوئے تو انہوں نے اپنے صاحبزادہ حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہ سے کہا ''جان پدر! مجھے سب سے زیادہ خیال اپنے قرضہ کا ہے' اس لیے میرا مال ومتاع بیچ کر سب سے پہلے قرضہ ادا کرنا اور جو باقی بچے اس میں سے ایک تہائی تمہارے بچوں کو وصیت کرتا ہوں ہاں! اگر کفایت نہ کرے تو میرے مولیٰ کی طرف رجوع کرنا۔'' حضرت عبداللہ رضی اللہ عنہ نے عرض کیا ''آپ کا مولیٰ کون ہے؟'' فرمایا ''میرا مولیٰ خدا ہے جس نے مصیبت کے وقت میری دستگیری کی ہے۔''

حضرت عبداللہ بن زبیر رضی اللہ عنہ نے حسب وصیت مختلف آدمیوں کے ہاتھ حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کی جاگیر بیچ کر قرضہ ادا کرنے کا انتظام کیا اور چار برس تک زمانہ حج میں اعلان کرتے رہے کہ زبیر رضی اللہ عنہ پر جس کا قرض ہو آکر مجھ سے وصول کرلے' غرض اس طرح سے قرض ادا کرنے کے بعد اتنی رقم باقی رہی کہ حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کی چار بیویوں میں سے ہر ایک کو بارہ بارہ لاکھ حصہ ملا' موصی لہ اور دوسرے وارث اس کے علاوہ تھے۔

حضرت زبیر رضی اللہ عنہ کی فکر آخرت

حضرت عبداللہ بن زبیر رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ جب حضور ﷺ پر ان آیات کا نزول ہوا۔ ترجمہ: ''آپ کو بھی مرنا ہے اور ان کو بھی مرنا ہے' پھر قیامت کے دن تم مقدمات اپنے رب کے سامنے پیش کروگے۔'' (الزمر:31,30)

تو حضرت زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ نے عرض کیا ''یارسول اللہ! ﷺ خاص خاص گناہوں کے ساتھ ہم پر وہ جھگڑے بھی بارہا پیش کیے جائیں گے جو دنیا میں ہمارے آپس میں تھے؟'' حضور ﷺ نے فرمایا ''ہاں! یہ مقدمات بار بار پیش کیے جاتے رہیں گے' یہاں تک کہ ہر حق والے کو اس کا حق مل جائے گا۔'' یہ سن کر حضرت زبیر رضی اللہ عنہ نے کہا ''اللہ کی قسم! پھر تو معاملہ بہت سخت ہے۔''

مجلس کا کفارہ

ایک مرتبہ حضرت زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ نے حضور ﷺ سے عرض کیا ''یارسول اللہ! ﷺ جب ہم آپ ﷺ کے پاس سے اٹھ کر چلے جاتے ہیں تو ہم زمانہ جاہلیت کی باتیں شروع کردیتے ہیں۔'' حضور ﷺ اقدس نے ارشاد فرمایا: ''جب تم ایسی مجلسوں میں بیٹھو جن میں تمہیں اپنے بارے میں ڈر ہو کہ تم سے غلط باتیں ہوگئی ہوں گی تو اٹھتے وقت یہ کلمات پڑھ لیا کرو: سُبْحَانَکَ اللّٰھُمَّ وَبِحَمْدِکَ نَشْھَدُ اَنْ لَا اِلٰـہَ اِلَّا اَنْتَ نَسْتَغْفِرُکَ وَنَتُوْبُ اِلَیْکَ. اس مجلس میں جو کچھ ہوا ہوگا یہ کلمات اس کیلئے کفارہ بن جائیں گے۔''

اے حراء! ٹھہر جا

ایک مرتبہ حضور ﷺ جبل حراء پر تھے کہ اچانک اس پر لرزہ طاری ہوا اور وہ حرکت کرنے لگا' حضور ﷺ نے پہاڑ کو مخاطب کرتے ہوئے فرمایا: ''اے حراء ٹھہر جا! تجھ پر ایک نبی (ﷺ)' صدیق رضی اللہ عنہ ہے اور (باقی) شہید ہیں' اس وقت پہاڑ پر حضور ﷺ' حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ حضرت علی رضی اللہ عنہ حضرت طلحہ رضی اللہ عنہ حضرت زبیر رضی اللہ عنہ اور حضرت سعد بن ابی وقاص رضی اللہ عنہ تھے۔ امام نووی ''شرح مسلم'' میں فرماتے ہیں ''یہ حدیث حضور ﷺ کے معجزات میں سے ہے اس میں حضور ﷺ نے اس بات کی خبر دی کہ یہ حضرات شہادت کا رتبہ حاصل کریں گے اور اس وقت پہاڑ پر موجود حضرات میں سے حضور ﷺ اور حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ کے علاوہ سب کی وفات شہادت کے ساتھ ہوئی۔

حضرت عثمان رضی اللہ عنہ کے نزدیک مقام زبیر رضی اللہ عنہ

ایک مرتبہ حضرت عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ اس قدر بیمار ہوگئے کہ حج کیلئے بھی نہ جاسکے اور اپنا وصی بھی مقرر فرمادیا' اس بیماری کے دوران ایک قریشی آدمی آپ کی خدمت میں حاضر ہوا اور عرض کیا ''آپ اپنا نائب مقرر فرمادیجئے'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے فرمایا ''میں ایسا کرچکا ہوں'' اس شخص نے پوچھا ''آپ نے کس کو اپنا نائب مقرر کیا ہے؟'' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے اس بات کا جواب نہ دیا اور خاموشی اختیار فرمالی۔ اس کے بعد دوسرا شخص آیا اور اس نے بھی وہی گفتگو کی جو پہلے نے کی تھی' حضرت عثمان رضی اللہ عنہ نے اس سے پہلے جیسی گفتگو فرمانے کے بعد کہا: ''یہ زبیر بن عوام رضی اللہ عنہ ہیں'' پھر فرمایا ''خدا کی قسم! میرے علم کے مطابق یہ لوگوں میں سب سے بہتر اور رسول اللہ ﷺ کو سب سے زیادہ محبوب ہیں۔''

کولیسٹرول کم کرنے کیلئے

جب بھوک لگے تو دن میں ایک ٹائم کھانے کی جگہ کیلوں کا استعمال کریں۔ انشاءاللہ کولیسٹرول کم ہوجائے گا۔

دانت کا درد: ناگ پھلی کا ایک پتہ' پوٹاشیم پرمیگنیٹ ایک چٹکی' نمک سفید ایک چٹکی اس کو دو گلاس پانی میں پکائیں اس کی کلیاں کرنے سے درد انشاءاللہ ختم ہوجائے گا کبھی دوبارہ نہیں ہوگا۔ **(محمد صادق' سکھر)**

بچے کی ذہنی استعداد میں اضافہ کیجئے

ڈاکٹر ناصر سلمان

اساتذہ ایسے بچے کی مشکلات کو عام طور پر سمجھ نہیں پاتے اور ایسے بچے ان کے غصے کا شکار ہوجاتے ہیں۔اس کی بنیادی وجہ روایتی اصلاحی طریق تدریس ہے جس کے کوئی مثبت نتائج برآمد نہیں ہوتے۔آخر کار اس بچے کو بگڑا ہوا' سست' ضدی' ناقابل تدریس اور نکما وغیرہ گردانا جاتا ہے

سیکھنا انسانی جبلت میں شامل ہے اور یہ ایک قدرتی عمل ہے' جو پیدائش کے وقت سے شروع ہوجاتا ہے۔قدرت بچے کو دیکھنے کے ایک جامع نظام سے آراستہ کرکے وجود میں لاتی ہے اور یہ نظام وقت کے ساتھ ساتھ مخصوص ترتیب وتناسب سے پختگی کے مراحل طے کرتا رہتا ہے اور بچے اپنی عمر کے لحاظ سے سیکھتے اور تعلیم حاصل کرتے رہتے ہیں۔

بعض حالات میں یہ صورتحال مختلف ہوجاتی ہے کچھ بچے یا تو پیدائشی طور پر یا بعد میں ناتوانی کا شکار ہوجاتے ہیں اور ان کے سیکھنے کی صلاحیت کے ابھرنے میں دیر ہوجاتی ہے۔

سیکھنے کا عمل دماغ میں وقوع پذیر ہوتا ہے اور تمام تحاریک اعصاب کے ایک پیچیدہ نظام کے ذریعے سے دماغ تک پہنچتی ہیں۔اگر بچے کا اعصابی نظام مناسب رفتار سے پختگی کے مراحل طے نہ کرپائے یا اس میں کوئی خلل واقع ہوجائے تو اس بچے کی سمجھ بوجھ اور سیکھنے کی صلاحیت متاثر ہوجاتی ہے۔

اب ہم چند علامات کا ذکر کرتے ہیں جن کا تعلق بچوں کی نشوونما سے ہوتا ہے۔ان علامات کی خصوصیت یہ ہے کہ بچہ جسمانی طور پر ایک حد تک نشوونما پانے کے باوجود نسبتاً پس ماندہ دکھائی دیتا ہے لیکن یہ پسماندگی ایک یا دو ذہنی اعمال تک ہی محدود ہوتی ہے اور بچہ اپنے روزمرہ کے باقی ماندہ افعال زندگی میں عام بچوں کی طرح تندرست وتوانا اور نارمل معلوم ہوتا ہے۔

عام طور پر تعلیمی صلاحیت کی کمی یا نشوونما کی تاخیر کی علامات کچھ دماغی وجوہ کی بنا پر پیدا ہوسکتی ہیں اور پھر ان میں نفسیاتی علامات بھی شامل ہوتی ہیں۔نشوونما کی تاخیر کی علامات میں پڑھنے میں مشکلات' ریاضی کی دشواریاں' لکھنے کی صلاحیت میں بے ربطی' بیش حرکی علامات' گفتار میں خلل' حرکات میں بے ربطی ان میں سے کوئی دو یا دو سے زائد علامات کا مجموعہ شامل ہوسکتا ہے۔

تعلیمی صلاحیت کی کمی مختلف النوع بے ترتیبوں کی مظہر ہے' جو علیحدہ سے واقع ہوتی ہیں۔یہ بنیادی نفسیاتی کارکردگی کے عدم توازن اور بے ترتیبی کا نام ہے۔سادہ الفاظ میں ہم یوں کہہ سکتے ہیں کہ اگر بچہ اپنی عمر کے مطابق لکھنے' حساب کرنے' بولنے اور یاد رکھنے کی استطاعت نہیں رکھتا اور وہ متاثرہ سماعت' متاثرہ بصارت کا حامل یا ذہنی معذور نہیں تو ایسی صورت میں وہ تعلیمی عدم استطاعت کا شکار قرار پاتا ہے۔

پڑھنے لکھنے کی مشکلات کا شکار بچے عام طور پر الٹا پڑھتے اور لکھتے ہیں یعنی اردو حروف دائیں سے بائیں جانب کے بجائے بائیں سے دائیں پڑھتے اور لکھتے ہیں اسی طرح انگریزی الفاظ بائیں سے دائیں پڑھنے کے بجائے دائیں سے بائیں پڑھتے اور لکھتے ہیں۔ظاہر ہے کہ اس بنا پر ان کی پڑھائی اور لکھائی میں واضح خلل واقع ہوجاتا ہے۔عام طور پر ایسے بچوں کی لکھائی' پڑھنے والے کو یوں دکھائی دیتی ہے جیسے وہ لکھی ہوئی چیز کا عکس آئینے میں دیکھ رہا ہو یعنی حروف الٹے نظر آتے ہیں۔اسی بنا پر اس قسم کی لکھائی کو (Mirror Image Writing) بھی کہا جاتا ہے۔

بچوں میں بیش حرکی علامات کو تین مختلف درجوں میں منقسم کیا جاتا ہے۔علامات کی پہلی درجہ بندی وہ ہے جس میں مبتلا بچے محض بے توجہی اور بے جا طور پر متحرک یا نچلا نہ بیٹھنے کا شکار ہوتے ہیں۔دوسری درجہ بندی وہ ہے جس میں مبتلا بچے ان علامات کے ساتھ ساتھ گفتار کے خلل' مطالعے کے خلل اور کردار میں بے ربطی کا شکار ہوتے ہیں۔تیسری درجہ بندی میں شامل بچے گفتار اور مطالعے کے خلل میں مبتلا تو نہیں ہوتے لیکن ان کے علاوہ کردار سے متعلق باقی تمام بیش حرکی علامات ان میں نمایاں طور پر پائی جاتی ہیں۔

ریاضی کی دشواریوں کا شکار بچہ ماسوائے ریاضی کے باقی تمام شعبہ جات زندگی میں عام بچوں کی طرح ہوتا ہے۔گفتار میں خلل لکنت سے مختلف شکایت ہے۔اس کا شکار بچہ بعض الفاظ واضح اور درست طور پر ادا کرنے کے قابل نہیں ہوتا۔حرکت میں بے ربطی کا شکار بچہ اپنی جسمانی حرکات پر مکمل طور پر قابو نہیں کرپاتا اور وہ جسمانی حرکات میں بے ربط سا نظر آتا ہے۔

مندرجہ بالا تعلیمی عدم استطاعت کی علامتوں میں اعصابی نظام کے عدم توازن یا نقص کا طبی ثبوت حاصل کرنا ایک پیچیدہ کام ہے۔چنانچہ ماہرین عام طور پر ایسے شواہد اور نشانیوں کو نظر میں رکھتے ہیں جن سے اعصابی نظام کی کارکردگی کی جانچ ہوسکے۔

اس سلسلے میں مندرجہ ذیل نکات کو ذہن میں رکھا جاتا ہے:

☆ابتدائی غیر شعوری اعصابی حرکات جو ایک خاص عمر کے بعد موجود نہیں ہونی چاہئیں۔☆عدم توجہ اور کسی بھی چیز پر محدود وقفے کیلئے دھیان۔☆بہت زیادہ حرکت اور اضافی جوش☆ ہیجانی اور اضطرابی جوش۔☆ایک ہی حرکت کو طویل دورانیے تک دہراتے رہنا۔☆چڑچڑا پن اور ذرا ذرا سی بات پر شدید جذباتی ردعمل۔☆دائیں اور بائیں کے تصور میں دشواری☆ بول چال میں مشکل اور لہجے میں بگاڑ☆عدم سلیقہ' بھونڈا پن' توازن رکھنے میں مشکلات اور اندازہ لگانے میں غلطی۔

دو تین سال کی عمر کے بچے ایسی نشانیاں عموماً ظاہر کرتے ہیں اس عمر میں یہ عام بات ہے لیکن اگر یہی نشانیاں چھ یا سات سال کے بچے میں موجود ہوں تو کسی ماہر سے رجوع کرنا چاہیے۔

والدین بچے کیلئے اہم ترین معلم کی حیثیت رکھتے ہیں۔ان کا کردار بچے کی ذات کیلئے بنیادی اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔عام طور پر بچے میں کسی قسم کی کمزوری یا عدم استطاعت کا احساس سب سے پہلے والدین کو ہی ہوتا ہے۔والدین کو چاہیے کہ بچے کی بھلائی کیلئے اپنے کردار کو سمجھیں' بچہ مکمل طور پر والدین پر انحصار کرتا ہے۔ایسے بچے کی بروقت مدد کرنی چاہیے۔بروقت تشخیص مشکلات کو بہت حد تک کم کردے گی۔

بچوں کی نشوونما کے بارے میں ضروری معلومات حاصل کرنی چاہیے اس سے والدین کو اندازہ ہوسکے گا کہ کس عمر میں بچے کو کیا کرنا چاہیے۔اس کیساتھ ساتھ والدین کو بچے کی حرکات وسکنات پر نظر رکھنی چاہیے۔اس کی کمزوریوں اور غیر معمولی صلاحیتوں کی پہچان کی کوشش کرنی چاہیے۔

اساتذہ ایسے بچے کی مشکلات کو عام طور پر سمجھ نہیں پاتے اور ایسے بچے ان کے غصے کا شکار ہوجاتے ہیں۔اس کی بنیادی وجہ روایتی اصلاحی طریق تدریس ہے جس کے کوئی مثبت نتائج برآمد نہیں ہوتے۔آخر کار اس بچے کو بگڑا ہوا' سست' ضدی' ناقابل تدریس اور نکما وغیرہ گردانا جاتا ہے۔تعلیمی عدم استطاعت نہ تو کوئی بیماری ہے اور نہ لاعلاج مسئلہ۔ایسے بچوں کو زیادہ توجہ اور بہتر نگہداشت کی ضرورت ہوتی ہے لہٰذا اگر اسے اساتذہ کی بھرپور توجہ حاصل ہوجائے تو وہ جلد یا ذرا دیر سے تعلیم حاصل کرنے کے قابل ہوجاتے ہیں۔

یہاں چند ایسے لوگوں کا ذکر ضروری ہے جو تعلیمی عدم استطاعت یا تعلیمی صلاحیت میں کمی کے باوجود بروقت مدد کی وجہ سے بہت بلند مقام تک پہنچے۔اس سے والدین کو یہ اندازہ ہوگا کہ بروقت اور مؤثر تدابیر اور اقدامات ان کے بچے کا مستقبل سنوار سکتے ہیں۔مشہور سائنس دان البرٹ آئن سٹائن نے تین سال کی عمر تک بولنا نہیں سیکھا تھا اور حساب میں کمزور اور بولنے میں دقت محسوس کرتا تھا۔ایڈیسن جس کی ایجادات کی فہرست بڑی طویل ہے' بچپن میں ذہنی معذور سمجھا گیا تھا۔ڈاکٹر فریڈ جے الپسٹائن موجودہ دور کے عالمی شہرت یافتہ بچوں کے نیورو سرجن بچپن میں تعلیمی عدم استطاعت کا شکار رہے تھے۔

قرآن سے بے سہارا عورت کی حفاظت

اسی طرح میں نے بھی ایک دفعہ سر کے درد کا بہانہ بنایا' سزا تو ملی نہیں تھی لیکن سمجھو مجھے ایک دم سمجھ آگئی کہ قرآن پاک پڑھے بغیر گزارا نہیں چنانچہ میں نے قرآن پاک حفظ کرنا شروع کیا اور اس وقت تک نئے کپڑے نہیں پہنے لیکن دھلے ہوئے پہنے ہیں جب تک قرآن پاک حفظ نہیں کرلیا

یہ ایک مہاجر عورت کی داستان ہے جو جالندھر کے ایک معزز خاندان سے تعلق رکھتی تھی۔ تھوڑے عرصے پہلے تک وہ ہماری کرائے دار تھی لیکن اس کے کچھ رشتے داروں کا پتہ معلوم ہوگیا ہے وہ اب ان کے پاس ہے لیکن مجھے ان کے ایڈریس کا علم نہیں ہے۔ یہ داستان غم خود اس کی زبانی ہے ملاحظہ ہو۔

بھائی صاحب میں تو اس بات پر یقین رکھتی ہوں جو خدا نے اپنی پاک کتاب میں فرمائی ہے کہ خدا جس کو چاہے عزت دے اور جس کو چاہے ذلت دے وہ بہت رحیم و کریم ہے۔

پھر وہ ایک دم اپنے بچپن کی طرف لوٹی اور کہنے لگی بچپن میں ہمیں قرآن مجید کی تعلیم بڑی سختی سے دی جاتی تھی اگر کوئی کسی بہانے کی وجہ سے قرآن پڑھنے نہ جاتا تو پہلے بزرگ اس کو سمجھائے پھر نت نئے طریقوں سے اسے سزا دی جاتی حتیٰ کہ وہ بڑی خوشی سے قرآن پاک پڑھنے چلا جاتا۔

اسی طرح میں نے بھی ایک دفعہ سر کے درد کا بہانہ بنایا' سزا تو ملی نہیں تھی لیکن سمجھو مجھے ایک دم سمجھ آگئی کہ قرآن پاک پڑھے بغیر گزارا نہیں چنانچہ میں نے قرآن پاک حفظ کرنا شروع کیا اور اس وقت تک نئے کپڑے نہیں پہنے لیکن دھلے ہوئے پہنے ہیں جب تک قرآن پاک حفظ نہیں کرلیا۔

زندگی کے دن گزر رہے تھے کہ اچانک ملک تقسیم ہوگیا اور ہم پاکستان آرہے تھے کہ راستے میں ہندو غنڈوں اور سکھوں نے ہمارے قافلے پر حملہ کردیا پھر کیا ہوا اس کے بعد اس کی آواز مدہم پڑ گئی اور دو ننھے ننھے اشک آنکھوں سے گر پڑے۔

پھر میرے گھر کے تمام افراد شہید ہوگئے اور میں بے ہوش ہوگئی ہوش آنے پر میں نے اپنے آپ کو ایک نرم گداز بستر پر پڑا پایا۔ یہ ایک خوبصورت کمرہ تھا جس میں کچھ عریاں فوٹو تھیں اور بعض تصویروں میں گرنتھ پڑھتے ہوئے دکھایا گیا تھا۔ یہ مجھے معلوم ہوگیا تھا کہ یہ سکھوں کا گھر ہے اچانک زور سے دروازہ کھلا اور ایک نوجوان سکھ اور ایک بوڑھی عورت کمرے میں داخل ہوئے اور آتے ہی اس نوجوان نے اس عورت سے کہا: ماں یہ ہے تیری بہو کیا تجھے پسند ہے؟ وہ عورت ہنس کر بولی ہاں پسند ہے' پھر وہ باہر چلی گئی اس کے بعد اس نوجوان نے ایک الماری سے شراب کی بوتلیں نکالیں پھر وہ بے تحاشہ پینے لگا اس کے بعد وہ بے ہوش ہوگیا اس کے بعد آنکھوں سے میری نیند غائب ہوگئی اور میں وہاں سے بھاگنے کی تیاری کرنے لگی۔ رات کے تقریباً دو بجے ہونگے میں چارپائی سے اتر کر کمرے میں کوئی چیز تلاش کرنے لگی اچانک مجھے ایک چمکتی ہوئی چیز دکھائی دی۔ یہ ایک کرپان تھی جو اس بے ہوش سکھ کی چارپائی کے نیچے پڑی ہوئی تھی میں نے جلدی سے وہ کرپان اٹھائی اور اس کا سر تن سے جدا کردیا۔ معمولی سی چیخ سنائی دی اور میں بے تحاشہ باہر کو بھاگی۔

راستے کی مشکلات سے نپٹنے کے بعد دن کے تقریباً دو بجے واہگہ کی سرحد پر ہلالی پرچم کو دیکھ کر میں بے ہوش ہوگئی۔ اس کے بعد کیا ہوا میں اپنے مسلمان بھائیوں کے درمیان رہنے لگی۔

بھائی صاحب! میرا تو یہ محافظ میرے بہت کام آیا ہے جلدی سے اس نے قرآن پاک کا ایک نسخہ اپنی بغل سے نکالا یہ نسخہ اس وقت بھی میری بغل میں تھا جب میں نے اپنی عزت کی حفاظت کیلئے زندگی میں پہلا قتل کیا۔

سورۂ قریش کی برکت

میں نے اپنے ایک دوست کو سورۂ قریش کے بارے میں بتایا تھا۔ پچھلے دنوں ملا تو کہنے لگا تم نے جو عمل بتایا تھا بہت کارآمد ہے۔ میں نے خود آزمایا ہے۔ پھر بتانے لگا کہ پچھلے دنوں لاہور میں قذافی سٹیڈیم میں پاکستان کی مقامی ٹیموں کے درمیان ٹونٹی ٹونٹی میچ ہو رہا تھا میں اور میرے دوست دیکھنے گئے وہاں پہنچے تو دیکھا کہ رش کافی ہے خیر ہم بھی اوروں کی طرح لائن میں لگ گئے کہ اچانک کچھ لوگوں نے دھکے دینے شروع کردیئے جس کی وجہ سے لائن ٹوٹ گئی میں نے جلدی سے سورۂ قریش پڑھنی شروع کردی کچھ دیر بعد ہی ہجوم کے بے قابو ہونے کی وجہ سے پولیس نے لاٹھی چارج کردیا میرے بالکل پاس ایک ہاتھ کے فاصلے پر پولیس کے سپاہی لاٹھیاں برسا رہے تھے لیکن الحمدللہ نہ تو مجھے کوئی لاٹھی پڑی اور نہ ہی مجھے جگہ چھوڑنی پڑی بالکل میرے پیچھے سے لائن ٹوٹی اور میرے دیگر دوست جو میرے ساتھ تھے وہ مجھ سے 20 منٹ بعد اسٹیڈیم پہنچے۔ یہ سب سورۂ قریش کی برکت سے ہوا۔ **(راؤ ابوذر اقتدار، بہاولنگر)**

اسلام اور رواداری

ابن زیب بھکاری

قسط نمبر 66

پیغمبرؐ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

بحیثیت مسلمان ہم جس بااخلاق نبی ﷺ کے پیروکار ہیں انکا غیر مسلموں سے کیا مثالی سلوک تھا' آپ نے سابقہ اقساط میں پڑھا اب ان کے غلاموں کی روشن زندگی کو پڑھیں۔ سوچیں! فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے

حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کے زمانہ میں بھی رومیوں سے برابر ٹکر رہی اور جب حضرت عمر فاروق رضی اللہ عنہ کے جانباز سپہ سالاروں نے دمشق' فحل اردن اور حمص پر قبضہ کرلیا تو ہرقل بہت سراسیمہ ہوا اس نے اپنے فوجی امراء کو بلا کر پوچھا کہ کیا وجہ ہے کہ عرب تعداد و اسلحہ اور سروسامان میں ہم سے بہت کم ہیں پھر بھی وہ کامیاب ہوتے ہیں اس کی وجہ کیا ہے اس کا جواب ایک تجربہ کار شخص نے دیا کہ عرب کے اخلاق ہمارے اخلاق سے اچھے ہیں وہ رات کو عبادت کرتے ہیں دن کو روزہ رکھتے ہیں کسی پر ظلم نہیں کرتے آپس میں برابری کے ساتھ رہتے ہیں ان کے مقابلہ میں ہمارا حال یہ ہے کہ ہم شراب پیتے ہیں' بدکاریاں کرتے ہیں' وعدہ کی پابندی نہیں کرتے' دوسروں پر ظلم کرتے ہیں اس کا نتیجہ یہ ہے کہ ان کے ہر کام میں جوش اور استقلال ہوتا ہے اور ہمارے کام ان سے خالی ہوتے ہیں۔

فحل کی لڑائی میں رومی صلح کے خواہاں ہوئے تو عربوں کے سپہ سالار حضرت ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ کے پاس پیغام بھیجا کہ کوئی شخص سفیر بن کر آئے ابوعبیدہ رضی اللہ عنہ نے معاذ رضی اللہ عنہ بن جبل کو بھیجا' معاذؓ رومیوں کے لشکر میں پہنچے تو دیکھا کہ خیمے میں دیبائے زریں کا فرش بچھا ہوا ہے' وہیں ٹھہر گئے' ایک عیسائی نے آکر کہا کہ گھوڑا میں تھام لیتا ہوں آپ دربار میں جاکر بیٹھئے' معاذؓ کی بزرگی اور تقدس کا عام چرچا تھا اور عیسائی تک اس سے واقف تھے' اس لیے وہ واقعی ان کی عزت کرنا چاہتے تھے ان کا باہر کھڑا رہنا ان کو گراں گزرتا تھا۔ معاذؓ نے کہا میں اس فرش پر جو غریبوں کا حق چھین کر تیار ہوا ہے بیٹھنا نہیں چاہتا' یہ کہہ کر زمین پر بیٹھ گئے' عیسائیوں نے افسوس کیا اور کہا کہ ہم آپ کی عزت کرنا چاہتے تھے لیکن آپ کو اپنی عزت کا خیال نہیں تو مجبوری ہے' حضرت معاذؓ کو غصہ آیا گھٹنوں کے بل کھڑے ہوگئے اور کہا کہ جس کو تم عزت سمجھتے ہو مجھ کو اس کی پرواہ نہیں' اگر زمین پر بیٹھنا غلاموں کا شیوہ ہے تو مجھ سے بڑھ کر خدا کا غلام کون ہوسکتا ہے' رومی ان کی بے پروائی اور آزادی پر حیرت زدہ تھے یہاں تک کہ ایک شخص نے پوچھا کہ مسلمانوں میں تم سے بھی بڑھ کر ہے؟ انہوں نے کہا: معاذ اللہ! یہی بہت ہے کہ میں سب سے بدتر نہ ہوں رومی چپ ہوگئے۔

ہمیں وقت کی قدر کا احساس کیوں نہیں؟

کہکشاں بٹ' اسلام آباد

وقت منٹوں' گھنٹوں' دنوں' مہینوں اور سالوں کی منزلیں طے کرتا ہوا صدیوں اور پھر ہزاریوں میں تبدیل ہوتا چلا جا رہا ہے۔ انتہائی محدود اور مختصر انسانی زندگی بچپن سے لڑکپن' لڑکپن سے جوانی اور جوانی سے بڑھاپے کا روپ اختیار کرنے کے بعد موت کی تاریک وادیوں میں گم ہو جاتی ہے

وقت مسلسل رواں دواں اور آگے ہی آگے بڑھتی رہنے والی ایک ایسی چیز کا نام ہے جس کی اہمیت اور قدر و قیمت کا موازنہ دنیا کی کسی بھی دوسری چیز سے نہیں کیا جا سکتا۔ گھڑی کی ٹک ٹک میں لمحہ لمحہ دوڑتا ہوا وقت منٹوں' گھنٹوں' دنوں' مہینوں اور سالوں کی منزلیں طے کرتا ہوا صدیوں اور پھر ہزاریوں میں تبدیل ہوتا چلا جا رہا ہے۔ انتہائی محدود اور مختصر انسانی زندگی بچپن سے لڑکپن' لڑکپن سے جوانی اور جوانی سے بڑھاپے کا روپ اختیار کرنے کے بعد موت کی تاریک وادیوں میں گم ہو جاتی ہے اس مختصر سی عمر میں مقصد حیات کا تعین کرنے کے بعد کامیابیوں اور کامرانیوں کی منزلیں طے کرنے کیلئے وقت کے ہر لمحے کو کام میں لانا ضروری ہے جو لوگ وقت کی قدر نہیں کرتے ناکامیاں اور مایوسیاں ان کا مقدر بن جاتی ہے۔ قوموں کی ترقی کا راز بھی یہی ہے کہ جو قومیں وقت کی رفتار کا ساتھ دیتے ہوئے آگے ہی آگے بڑھتے رہنے کی اہلیت حاصل کر چکی ہیں ان پر کامیابیوں اور ترقیوں کے نت نئے دور آتے ہی چلے جاتے ہیں ترقی یافتہ کہلانے والی ان قوموں کا ہر فرد خوشحال دنیا کی ہر آسائش اور سہولت کا حامل اور مالا مال ہوتا ہے جبکہ وقت کی قدر و قیمت کا احساس نہ کرتے ہوئے اسے برباد کرنے والی قومیں خود برباد ہو جاتی ہیں ان کا تقریباً ہر فرد بدحال دنیا کی ہر تکلیف اور پریشانی میں مبتلا اور کنگال دکھائی دیتا ہے۔

ہمیں وقت کی قدر و قیمت کا کوئی احساس نہیں۔ سستی' کاہلی اور لاپرواہی کے ساتھ ساتھ فضول سرگرمیوں اور بے مقصد مصروفیات میں وقت ضائع کر کے ہم اپنے آپ کو برباد کر رہے ہیں لیکن افسوس کہ ہمیں اس بربادی کا بھی کوئی احساس نہیں اس طرح انفرادی حیثیت میں تو ہر شخص اپنی زندگی برباد کر ہی رہا ہے لیکن اجتماعی طور پر بھی پوری قوم غربت' بھوک اور تنزلی کی بھول بھلیوں میں الجھتی جا رہی ہے۔

ہمارے ہاں وقت کی ناقدری کا یہ عالم ہے کہ یہاں کوئی بھی کام اپنے مقررہ وقت پر شروع نہیں ہوتا اور نہ ہی طے شدہ مدت میں اختتام پذیر ہوتا ہے۔ دیئے ہوئے وقت سے لیٹ پہنچنا فیشن بن چکا ہے جس کی وجہ سے پابندی وقت کا احساس کرنے والے لوگوں کی تعداد بڑی تیزی سے کم ہوتی جا رہی ہے۔

ہمارے ہاں دفاتر میں کام کے آغاز کیلئے نو بجے کا وقت مقرر ہے لیکن دس بجے تک سوائے نچلے درجے کے چند ملازمین کے علاوہ تمام ارکان کی نشستیں خالی ہوتی ہیں جو چند لوگ دفتر میں موجود ہوتے ہیں وہ بڑی بے فکری سے قہقہے لگانے اور خوش گپیوں میں مصروف ہوتے ہیں۔ کوئی چائے پی رہا ہوتا ہے تو کوئی میز پر ٹانگیں پسارے کرسی پر نیم دراز ہوتا ہے۔ ہم لوگوں کو کچھ احساس نہیں ہوتا کہ ہم کتنا قیمتی وقت یوں ہی ضائع کر رہے ہوتے ہیں۔

اسی طرح شادی کی تقریب کو ہی لے لیں ہم بارات کی روانگی کا ٹائم 9 بجے رکھتے ہیں لیکن بارات 3 بجے تک بھی گھر سے روانہ نہیں ہوتی۔ اس طرح دلہن اور دولہے کے تقریباً 400 افراد کا قیمتی وقت برباد ہوتا ہے لیکن کسی کو اس بات کا احساس نہیں............!

ہم اپنے اردگرد جس بھی شعبے کو دیکھ لیں ہر کوئی اپنے وقت سے لیٹ آ جا رہا ہے چاہے وہ بس اسٹیشن ہو' ریلوے اسٹیشن ہو یا کوئی اور جگہ...... کسی بھی وقت کی اہمیت کا احساس نہیں رہا۔

ہماری قوم اپنا وقت جس بے دردی سے برباد کر رہی ہے یہ تو اس کی فقط چند مثالیں ہیں۔ مجھے یقین ہے کہ اس سے ملتی جلتی بے شمار مثالیں ہمارے ہر قاری کے ذہن میں بھی موجود ہوں گی۔ ہر روز کروڑوں پاکستانی اس طرح قومی وقت کے اربوں گھنٹے بغیر کچھ کیے برباد کر دیتے ہیں۔ کیا ہمیں واقعی وقت کی قدر و قیمت کا کوئی احساس نہیں رہا؟ ہم ہر کام میں تاخیر کے عادی ہو چکے ہیں۔ کسی بھی کام کیلئے گھر سے نکلتے وقت ہم اکثر اصل وقت گزار کر ہی روانہ ہوتے ہیں۔ گھر سے نکلنے کے بعد ہمیں تاخیر کا احساس ہونے لگتا ہے اس احساس کے ساتھ ہمارے اندر ایک عجیب و غریب بے چینی اور فکر جاگ اٹھتی ہے اس کے بعد اگر اپنی گاڑی ہو تو انتہائی تیز رفتاری اور ٹریفک قوانین کی خلاف ورزیوں کے ذریعے تاخیر کی تلافی کرنے کی کوشش کی جاتی ہے اور ایسی تمام کوششیں اکثر بے کار ہوتی ہیں بلکہ بعض دفعہ تو ان کے نتیجے میں بعض انتہائی بھیانک حادثات بھی وقوع پذیر ہو جاتے ہیں پبلک ٹرانسپورٹ کے ذریعے کام پر جانے والے پہلے تو کافی دیر تک سٹاپوں پر کھڑے ہو کر اپنی مطلوبہ ٹرانسپورٹ کے انتظار میں خوار ہوتے رہتے ہیں اس کے بعد قدم قدم پر رکتی اور سست روی سے رینگتی ہوئی بس یا ویگن جب انہیں منزل مقصود پر پہنچاتی ہے تو وہ کم از کم ایک گھنٹہ لیٹ ہو چکے ہوتے ہیں۔

ہم نے ایک پرائیویٹ فرم میں کام کرنے والے تجربہ کار سے پوچھا کہ ان کے نزدیک ہمارے ہر کام میں تاخیر کی بڑی وجہ کیا ہے؟ تو انہوں نے کہا کہ بنیادی طور پر ہم نے وقت کی قدر کرنا ہی چھوڑ دی ہے ہم ہر معاملے میں ''بے فکر رہو ہو جائے گا'' کی پالیسی پر گامزن ہیں ہم ہر کام کو وقت کی آخری حد پر لے جا کر سرانجام دینے کے عادی ہو چکے ہیں چونکہ پوری قوم ہی اس خراب عادت کا شکار ہو چکی ہے اس لیے عام طور پر ہمیں وقت کی بربادی کا احساس ہی نہیں ہوتا۔ یوٹیلیٹی بلوں کی ادائیگی کا مسئلہ ہو یا کسی امتحان کیلئے داخلہ فیس ادا کرنی ہو ہم بڑی بے فکری سے آخری تاریخ کا انتظار کرتے رہتے ہیں اور جب آخری تاریخ آ جاتی ہے تو جرمانے یا ڈبل فیس کا خوف ہمیں ایک دم سے ہوشیار کر دیتا ہے۔ بینکوں کی کھڑکیوں کے سامنے لمبی لمبی قطاروں میں کھڑے ہو کر کیشئر کی سستی کا گلہ کرتے ہوئے ہمارے دل میں اس بات کا کوئی ملال نہیں ہوتا کہ اگر ہم نے آخری تاریخ سے کچھ دن پہلے یہ کام کر لیا ہوتا تو اس تکلیف اور خجالت سے بچ سکتے تھے۔

تاخیر کے معاملے میں ہم لوگوں کے رویئے اس قدر مستحکم ہو چکے ہیں کہ ہم دیئے ہوئے وقوت کو کوئی اہمیت نہیں دیتے۔ تقریبات کیلئے روانہ ہوتے وقت دیا گیا وقت عام طور پر گھر سے ہی گزار کر روانہ ہوا جاتا ہے۔ کم از کم ایک گھنٹے کی تاخیر تو معمول کی بات ہے اس لیے پانچ بجے شروع ہونے والی کسی تقریب کے مہمان چھ بجے سے پہلے تقریب میں پہنچ ہی نہیں پاتے اور جب وہ پہنچ جاتے ہیں تو پھر بھی انہیں تقریب کے آغاز کیلئے کچھ نہ کچھ انتظار کرنا پڑتا ہے۔

اگر ہم وقت کی پابندی کا شیوہ بنا لیں تو قومی ترقی کی راہ میں مائل ہر رکاوٹ کو ختم کر کے سالوں کا سفر مہینوں اور مہینوں کا سفر دنوں میں طے کر سکتے ہیں۔ تقریبات میں مہمانوں کے دیر گئے تک انتظار کی روایت ختم کر کے عین وقت پر تقریب کا آغاز کر کے لوگوں کو وقت کی پابندی پر آمادہ کیا جا سکتا ہے۔ قوم کے ہر طبقے میں پھیلی ہوئی اس بہت بڑی خامی کو درست کرنے کیلئے سب سے پہلے حکام اور افسران اپنے آپ کو وقت کا پابند بنائیں۔

آنکھ کی سرخی کا علاج

سیب کا ٹکڑا لے کر چاقو سے چھیل کر نغدہ سا کر کے دکھی ہوئی آنکھ پر رکھ کر اوپر سے ململ کی صاف پٹی باندھ دیا کریں۔ **(سویرا لاہور)**

دسمبر! بیماریاں‘ علاج اور غذائیں

ڈاکٹر محمد جلال‘ راولپنڈی

اس مہینے میں جہاں ایک اوسط درجہ کی صحت رکھنے والا آدمی زندگی کے تمام تر مادی تقاضوں میں ایک غیر معمولی انقلاب محسوس کرتا ہے وہاں اس کی صحت کا معیار بھی روبہ تغیر ہونے لگتا ہے۔ ہر ذی روح اپنے اپنے طور پر خدشات اور احتیاطوں کے مختلف النوع سانچوں میں ڈھلنے لگتا ہے

ماہ نومبر کا آخری ہفتہ جوں جوں اختتام کو پہنچتا ہے اس کا دامان فضا ایک نہایت ہی خوشگوار مگر سرد ماحولی رنگینیوں اور رعنائیوں سے معمور ہونے لگتا ہے۔ معاشرتی سرگرمیوں میں شدت وبرق رفتاری آجاتی ہے۔ ماحول میں ایک عجیب سی خنک تاب تبدیلی رونما ہونے لگتی ہے۔ دفتر اور کاروباری اوقات تبدیل ہوجاتے ہیں۔ وقت کی رفتار کے انداز بدلتے ہوئے محسوس ہوتے ہیں۔ ہوٹلوں‘ ماڈرن ریسٹورنٹوں‘ طعام گاہوں اور تفریحی مقامات کا ماحول گویا ایک نیا لبادہ اوڑھ لیتا ہے۔ قہوہ خانوں کی رونقیں دوبالا ہوجاتی ہیں۔ ٹھنڈی فضاؤں کے جھونکے اور ہلکورے انسان کو یہ احساس ہی نہیں ہونے دیتے کہ دن کب طلوع ہوا اور کب ختم ہوا۔

بالخصوص وسط دسمبر کے بعد کا حصہ موسم سرما کے عنفوان شباب کا زمانہ ہوتا ہے۔ گرم مشروبات اور گرم غذاؤں کا زور بڑھ جاتا ہے۔ نحیف سے نحیف معدہ بھی شدت اشتہا کا اشتہار بن جاتا ہے اور جسمانی نظام قوت پذیری کی طرف مائل ہونے لگتا ہے۔

اس مہینے میں جہاں ایک اوسط درجہ کی صحت رکھنے والا آدمی زندگی کے تمام تر مادی تقاضوں میں ایک غیر معمولی انقلاب محسوس کرتا ہے وہاں اس کی صحت کا معیار بھی روبہ تغیر ہونے لگتا ہے۔ ہر ذی روح اپنے اپنے طور پر خدشات اور احتیاطوں کے مختلف النوع سانچوں میں ڈھلنے لگتا ہے۔ کیونکہ اس ماہ کی خنک تابی اور انجمادی کیفیت کسی وقت بھی کسی بھی ذی روح کو اپنی گرفت میں لینے پر کمر بستہ رہتی ہے۔ یخ بستگی اور ٹھٹھراؤ کا دہانہ کسی وقت بھی کھل سکتا ہے اور موسمی تقاضوں کے مطابق نہ چلنے والے افراد اچانک اور غیر متوقع طور پر سردی کی لپیٹ میں آکر زکام‘ سردرد‘ اعصابی ٹھٹھراؤ‘ پسلیوں کے سکیڑ پن‘ سرسام دماغی‘ نخاع دماغی کے جمود‘ نمونیا ایسے عوارض میں مبتلا ہوجایا کرتے ہیں۔

امراء وصاحب حیثیت افراد تو موسم سرما کے اس شدید زمانے میں حسب ضرورت گرم ملبوسات‘ حفاظتی تدابیر اور انڈہ‘ مچھلی‘ مرغ اور میوہ جات پر مشتمل اعلیٰ غذاؤں سے اپنے نظام صحت کے گرد مناسب حفاظتی حصار استوار کیے رہتے ہیں لیکن غریب اور مزدور پیشہ افراد اپنی اقتصادی ومعاشی ناہمواریوں کے تحت شدید سردی کے ان ایام میں موسم کے برفیلے تھپیڑے سہنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ ناکافی لباس اور مطلوبہ لوازم میسر نہ آسکنے کی وجہ سے ایسے افراد موسمی شدائد میں گھرے رہتے ہیں اور سوائے مصنوعی طور پر پیدا کردہ جسمانی قوت مدافعت‘ محنت و مشقت کے کام اور گاہی دھوپ سینکنے اور رات کو کمبل یا لحاف میں منہ لپیٹ کر سو رہنے کے ان کو اور کوئی اطمینان بخش لازمہ حیات اور ذریعہ سکون نہیں ہوتا ہے۔ یہ بات الگ ہے کہ اس مہینے میں موسمی اثرات کا باعث بیمار ہونے والوں میں باحیثیت اور متمول افراد کی تعداد بھی کچھ کم نہیں ہوتی۔

دسمبر کا مہینہ چھوٹے بچوں‘ نحیف الجسم افراد اور عمر رسیدہ آدمیوں کیلئے بطور خاص خطرناک ہوتا ہے اور وہ لوگ جو بزعم خویش اپنی قوت برداشت اور موسمی شدائد کو برداشت کرنے کی صلاحیت پر انحصار کرتے ہیں۔ بالعموم حکیم مطلق نے موسم گرما کی طرح موسم سرما کے اکثر وبیشتر امراض کی روک تھام اور صحت جسمانی میں رونما ہونے والے اختلال وخرابیوں کی اصلاح کا سامان بھی اس موسم میں فراہم کررکھا ہے۔ یہ بات الگ ہے کہ عوام وخواص کی اکثریت بھی پورے طور پر ان حقائق فطرت سے آگاہ نہیں۔

بادام: بادام موسم سرما کے میوہ جات میں سے ایک ایسا میوہ ہے جس کی شہرت وہردلعزیزی کسی بھی موسم وماحول کی پابند نہیں۔ بادام کی یہ خصوصیت انتہائی نمایاں اور قابل ذکر ہے کہ یہ انسان کی ہر قسم کی قوتوں کو بحال رکھتا ہے اور ذائقہ وتاثیر اور غذائیت وافادیت کے لحاظ سے گوناگوں فوائد کا ایک خزانہ مخفی ہے۔ چند ایک خصوصیات ملاحظہ ہوں:۔ ☆طبیعت کو نرم اور حلق وسینہ کو صاف کرتا ہے۔ ☆مصری کے ساتھ اس کا کھانا جوہر دماغ کا بہترین محافظ ہے۔ ☆ کھانسی‘ دمہ اور ذات الجب جیسے امراض میں نبات کے ساتھ شیر وبادام کا استعمال بمنزلہ اکسیر ہے۔ ☆بریاں صورت میں کھایا جائے تو اگرچہ قابض ہے لیکن مقوی اعصاب وباہ ہے۔ ☆ پیچش رطوبی کو دور کرتا ہے۔ ☆طبیعت میں فرحت وبشاشت پیدا کرتا ہے۔ ☆ دل ودماغ کو تقویت بخشتا ہے۔

جن لوگوں کو ضعف بصارت کا عارضہ لاحق رہتا ہے ان کیلئے باقاعدگی سے باداموں کا معتدلانہ استعمال ضعف بصارت کا ایک ایسا قدرتی اور غذائی علاج ہے کہ جس کی نظیر کوئی دوسری دوا پیش نہیں کرسکتی۔ چنانچہ عمر اور صحت کے لحاظ سے ایک تولہ سے لے کر تین تولہ کی مقدار میں مغز بادام کا روزانہ استعمال بالخصوص موسم سرما میں نہ صرف ضعف بصارت کی شکایت کو دور کرسکتا ہے بلکہ دل ودماغ کو بھی اس سے خاطر خواہ تقویت بہم پہنچ سکتی ہے۔ جن لوگوں میں چربی زیادہ ہو ان کیلئے مفید نہیں۔ ایسے لوگ جن کے ہاں دل کا عارضہ ہو ہر چکنی غذا خاص کر بادام سے پرہیز لازم ہے۔ دبلے پتلے جسم میں فربہی عطا کرتا ہے۔

دسمبر کی ٹھٹھرا دینے والی سردی کے ایام میں جبکہ موسمی شدت انسان کے اندرونی اعضائے جسم تک میں ٹھٹھراؤ اور انجماد کی کیفیت پیدا کردیتی ہے اس موسم کی مخصوص سبزیوں اور ترکاریوں کو بقدر وافر استعمال میں لانا چاہیے تاکہ بدن کی حرارت غریزی برقرار رہے۔ اس حقیقت سے کون انکار کرسکتا ہے کہ سرسوں‘ تارامیرا‘ رائی اور پالک کا ساگ اس موسم کی سبزیوں میں نمایاں مقام رکھتا ہے۔ ان کے پکوان جہاں بھرپور غذائی توانائیوں سے معمور ہوتے ہیں وہاں اس کے کھانے سے جسم کا توازن‘ صحت اور درجہ حرارت برقرار اور متوازن رہتا ہے۔ بدن میں موسمی شدائد کی برداشت اور متعدد امراض کی مدافعت کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔ عام طور پر گاجر‘ مولی‘ گوبھی اور انڈے پر مشتمل بھجیہ اس موسم کا ایک ہردلعزیز پکوان ہے۔

اسی طرح اس موسم کے بعض پھل بھی نمایاں افادیت اور اکسیری صفات کے حامل ہیں۔ مثلاً ناشپاتی‘ جاپانی پھل‘ انار‘ سیب وغیرہ جو حضرات موسم سرما میں ان پھلوں کو اپنی ہمت و استطاعت کے مطابق جی بھر کر کھاتے ہیں وہ یقیناً موسم سرما کے بہت سے امراض سے محفوظ و مامون رہتے ہیں اور ان کے نظام جسمانی میں ہر قسم کے موسمی امراض اور شدید اثرات کیلئے قوت مدافعت غیر معمولی طور پر پیدا ہوجاتی ہے جو حضرات ان پھلوں کو محض مخصوص مواقع پر کسی تقریباتی یا معاشرتی مجبوری کے تحت یا محض ان کے ذائقہ وغیرہ سے لطف اندوز ہونے کیلئے کھاتے ہیں انہیں یہ حقیقت بہرحال پیش نظر رکھنی چاہیے کہ یہ وہ پھل ہیں کہ جن کا استعمال تقویت بدن اور متعدد موسمی امراض کے قدرتی غذائی علاج کا درجہ رکھتا ہے اور بیشتر حالتوں میں ان سے بڑے بڑے قیمتی کشتہ جات اور وٹامنز سے بھی زیادہ تقویت جسمانی قوت مدبرہ‘ بدن اور مدافعت امراض کی استعداد وصلاحیت حاصل ہوتی ہے۔

سیب دو تین چھٹانک زیادہ سے زیادہ ایک پاؤ تک جائز ہے۔ ناشپاتی کی بھی تقریباً یہی مقدار گردانی گئی ہے۔ جاپانی پھل جس کا پرانی کتابوں میں ذکر ناپید ہے بہرحال امراض جگر میں اس کا استعمال مفید ہے۔ مقدار خوراک بعد از غذا ایک چھٹانک سے ڈیڑھ پاؤ تک مناسب ہے۔

محرم الحرام کی عظمت و برکت

رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص یوم عاشورہ کا روزہ رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اسے ہزار فرشتوں کا ثواب مرحمت فرماتے ہیں۔ بعد عاشورہ کا روزہ رکھتا ہے اسے دس ہزار حج اور عمرہ کرنے والوں کا ثواب ملتا ہے اور دس ہزار شہیدوں کا

(ڈاکٹر الطاف حسین، ملتان)

ترجمہ: اور جو لوگ اللہ عزوجل کی راہ میں مارے جائیں انہیں مردہ نہ کہو ایسے لوگ تو حقیقت میں زندہ ہیں مگر تمہیں ان کی زندگی کا شعور نہیں ہوتا۔ **(القرآن)**

سرور کائنات حضور نبی کریم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں کہ محرم الحرام کا چاند دیکھ کر چار مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھ کر اپنے اوپر اور اہل خانہ پر دم کرنا بہت افضل ہے۔

نفل نماز: اول شب بعد نماز عشاء آٹھ رکعت نماز نفل چار سلام سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد سورۂ اخلاص گیارہ گیارہ دفعہ پڑھے انشاء اللہ العزیز اس نماز کی برکت سے روز محشر اللہ تعالیٰ اس نماز پڑھنے والے اور اس کے گھر والوں کی بخشش فرمائیں گے۔

نفل نماز شب عاشورہ: عاشورہ کی شب بعد نماز عشاء چار رکعت نماز نفل دو سلام سے پڑھے ہر رکعت میں بعد سورۂ فاتحہ کے آیۃ الکرسی تین تین دفعہ اور سورۂ اخلاص دس دس مرتبہ پڑھے بعد سلام کے سورۂ اخلاص ایک سو مرتبہ پڑھ کر اپنے گناہوں کی توبہ کرلے اور اللہ عزوجل سے بخشش طلب کرے انشاء اللہ العزیز خداوند کریم اپنی رحمت کاملہ سے اس نماز پڑھنے والوں کے تمام گناہ معاف فرمائیں گے

نماز ظہر سے پہلے یوم عاشورہ چار نماز دو سلام سے اس ترکیب سے پڑھے کہ ہر رکعت میں سورۂ فاتحہ کے بعد چار مرتبہ سورۂ اخلاص پڑھے اور یہ نماز حضرت امام حسین رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو بخشیں۔

نفل روزہ: محرم الحرام میں روزہ رکھنے کی بہت فضیلت ہے نویں دسویں محرم کا روزہ رکھنا بہت افضل ہے۔

وظائف: بمحرم کی پہلی شب سے شب عاشورہ تک روزانہ بعد نماز عشاء ایک سو مرتبہ کلمہ توحید پڑھنا واسطے بخشش گناہ بہت افضل ہے۔

دس محرم کو کسی وقت باوضو 70 مرتبہ پڑھے ''حَسْبُنَا اللّٰہُ وَنِعْمَ الْوَکِیْلُ'' حصول معرفت الٰہی اور مغفرت گناہ کیلئے یہ وظیفہ پڑھنا بھی بہت افضل ہے۔ یکم محرم الحرام کو ایک سفید کاغذ پر 113 بار **بسم اللہ الرحمن الرحیم** لکھ کر اپنے پاس رکھے تو پوری زندگی اس پر کوئی ناخوشگوار واقعہ پیش نہ آئے۔

یوم عاشورہ کی فضیلت

(عبداللطیف دامانی، اسلام آباد)

فقیہ ابوالیث رحمۃ اللہ علیہ اپنی سند کے ساتھ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت کرتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص یوم عاشورہ کا روزہ رکھتا ہے اللہ تعالیٰ اسے ہزار فرشتوں کا ثواب مرحمت فرماتے ہیں۔ بعد عاشورہ کا روزہ رکھتا ہے اسے دس ہزار حج اور عمرہ کرنے والوں کا ثواب ملتا ہے اور دس ہزار شہیدوں کا اور جو کوئی عاشورہ کے دن کسی یتیم کے سر پر ہاتھ پھیرتا ہے اللہ تعالیٰ ہر بال کے عوض اس کا ایک درجہ بلند کرتے ہیں اور جو شخص عاشورہ کی شام کسی مسلمان کا روزہ افطار کراتا ہے وہ ایسا ہے گویا اس نے تمام امت محمد ﷺ کو افطار کرایا اور انہیں پیٹ بھر کے کھانا کھلایا۔ صحابہ رضوان اللہ علیہم اجمعین نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ کیا اللہ تعالیٰ نے یوم عاشورہ کو تمام دنوں پر فضیلت بخشی ہے ارشاد فرمایا ہاں! اللہ تعالیٰ نے یوم عاشورہ کے دن آسمان وزمین پیدا فرمائے۔ پہاڑ، سمندر، لوح وقلم اور جنت بھی اسی دن پیدا فرمائے۔ حضرت آدم اور حوا علیہ والسلام کی پیدائش بھی اسی دن ہوئی اور اسی دن انہیں جنت میں داخل کیا گیا حضرت ابراہیم علیہ السلام کی ولادت اسی دن ہوئی تھی ان پر آگ گلزار بنی تھی۔ فرعون اسی دن غرق ہوا۔ حضرت ایوب علیہ السلام کو صحت اسی دن ملی۔ حضرت آدم علیہ السلام کی توبہ اسی دن قبول ہوئی۔ حضرت سلیمان علیہ السلام کو اسی دن مملکت سپرد ہوئی۔ قیامت بھی اسی دن قائم ہوگی۔ حضرت عکرمہ رحمۃ اللہ علیہ روایت کرتے ہیں کہ عاشورہ کا دن ہی وہ دن ہے جس میں حضرت آدم علیہ السلام کی توبہ قبول ہوئی اسی دن حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی پہاڑ پر لگی اور وہ اس سے باہر نکلے اور اسی دن شکرانہ کا روزہ رکھا اور اسی دن فرعون غرق ہوا اور بنی اسرائیل کیلئے سمندر شق ہوا اور انہوں نے اسی دن روزہ رکھا۔ تجھ سے بھی اگر ہوسکے تو اس دن کا روزہ رکھ لیا کر۔ بعض کا کہنا ہے کہ عاشورہ اس لیے کہتے ہیں کہ اس امت کو اللہ تعالیٰ نے جن فضیلتوں سے نوازا ہے اس دن کی فضیلت ان سے دسویں ہے۔ ☆ پہلی

روحانی محفل ماہانہ

روحانی محفل مرکز روحانیت و امن میں اجتماع نہیں ہوتی ہر فرد اپنے مقام پر رہتے ہوئے کرے

اس ماہ کی روحانی محفل 7 دسمبر بروز بدھ مغرب تا عشاء، 21 دسمبر بروز بدھ صبح 10 بجے سے لیکر 11 بجکر 11 منٹ تک، 31 دسمبر بروز ہفتہ رات 8 بجے سے لیکر 9 بجکر 15 منٹ تک اَللّٰہُ لَا اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ الْحَیُّ الْقَیُّوْمُ پڑھیں۔ یہ ذکر، بھکاری بن کر، خلوص دل، درد دل، توجہ اور اس یقین کے ساتھ کہ میرا رب میری فریاد سن رہا ہے اور سوفی صد قبول کر رہا ہے۔ پانی کا گلاس سامنے رکھیں اور اس تصور کیساتھ پڑھیں کہ آسمان سے ہلکی پیلی روشنی آپ کے دل پر ہلکی بارش کی طرح برس رہی ہے اور دل کو سکون چین نصیب ہو رہا ہے اور مشکلات فوری حل ہو رہی ہیں۔ وقت پورا ہونے کے بعد دل و جان سے پوری امت، عالم اسلام اور غیر مسلموں کے ایمان کیلئے پوری دنیا میں امن کی دعا، اپنے لیے اور اپنے عزیز و اقارب کیلئے دعا کریں۔ پورے یقین کے ساتھ دعا کریں۔ ہر جائز دعا قبول کرنا اللہ تعالیٰ کے ذمے ہے۔ دعا کے بعد پانی پر تین بار دم کر کے پانی خود پئیں۔ گھر والوں کو بھی پلا سکتے ہیں۔ انشاء اللہ آپ کی تمام جائز مرادیں ضرور پوری ہونگی۔

ہر محفل کے بعد 11 روپے صدقہ ضرور کریں

(نوٹ:) 1- روحانی محفل کے درمیان اگر نماز کا وقت آجائے تو پہلے نماز ادا کی جائے اور بقیہ وقت نماز کے بعد پورا کیا جائے۔ اگر اسی وقت یہ وظیفہ روزانہ کرلیں تو اجازت ہے مستقل بھی کرنا چاہیں تو معمول بنا سکتے ہیں۔ ہر مہینے کا ورد مختلف ہوتا ہے اور خاص وقت کے تعین کے ساتھ ہوتا ہے۔ بے شمار لوگوں کی مرادیں پوری ہوئیں۔ ناممکن ممکن ہوئیں۔ پھر لوگوں نے اپنی مرادیں پوری ہونے پر خطوط لکھے آپ بھی مراد پوری ہونے پر خط ضرور لکھیں۔

(ایڈیٹر: حکیم محمد طارق محمود عفا اللہ عنہ)

روحانی محفل سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میں درد شقیقہ کی مریضہ تھی بہت بڑے بڑے ڈاکٹروں اور حکیموں سے علاج کرائے، گھریلو ٹوٹکے استعمال کیے۔ لیکن وقتی فائدہ ہوتا اور جب علاج چھوڑ دیتی تو درد دوبارہ شروع ہوجاتا۔ بہت اذیت سے دن رات گزر رہے تھے۔ ایک دفعہ میری ایک دوست نے مجھے عبقری دیا اور ساتھ روحانی محفل کرنے کی تلقین کی۔ اس نے مجھے بتایا کہ تمہارا علاج اس روحانی محفل میں ہی ہے میں نے روحانی محفل شروع کی تو (باقی صفحہ نمبر 44 پر)

شاہ عظیم شمسی کبیریؒ کے وظائف

اگر گاڑی کے پرزے ٹوٹ جاتے ہوں یا گاڑی بار بار ٹکراتی ہو یا گاڑی بار بار اُلٹ جاتی ہو یا قابو میں نہ رہتی ہو یا بریک فیل ہوجاتے ہوں تو اس کیلئے مندرجہ ذیل الفاظ باوضو لکھ کر سامنے والے شیشہ کے اوپر ٹیپ یا گوند سے چپکا دیں۔

تیسرے دن کے بخار کا خاتمہ

اگر کسی کو تیسرے دن کا بخار چڑھتا ہو اور درمیان کے ایک دن بخار نہ ہوتا ہو تو اس کیلئے پاک روئی لے کر سات بار سورۂ فاتحہ باوضو پڑھ کر روئی پر دم کر کے مریض کے دائیں کان میں لگادیں اس کے بعد دوبارہ سورۂ فاتحہ پانچ بار پڑھ کر روئی پر دم کریں اور مریض کے بائیں کان میں لگادیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بخار ختم ہوجائے گا اور مریض تندرست ہوجائے گا۔

ہر قسم کے ہتھیار سے حفاظت

جو شخص ان آیات کو صبح نماز فجر کے بعد ایک مرتبہ اور بعد نماز عشاء ایک بار پڑھے گا وہ ہر قسم کے ہتھیار کی مار سے محفوظ رہے گا وہ آیات مبارکہ یہ ہیں:۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم. لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَاعَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُ وْفٌ رَّحِیْمٌo فَاِنْ تَوَلَّوْ افَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ ط عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ o (توبہ 129،128)

حمل کی حفاظت کیلئے

اگر کسی عورت کا حمل قائم نہ رہتا ہو اور بار بار گر جاتا ہو تو اس کی حفاظت کیلئے مندرجہ ذیل آیات وکلمات باوضو لکھ کر موم جامہ کر کے عورت کے گلے میں ڈال دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ حمل قائم رہے گا۔ وہ آیات یہ ہیں:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم. اِنْ کُلُّ نَفْسٍ لَّمَّا عَلَیْھَا حَافِظٌ o فَاللّٰہُ خَیْرٌ حٰفِظًا وَّھُوَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِیْنَ o اَللّٰھُمَّ احْفِظْ حَمْلَ ھٰذِہِ الْمَرْاَۃِ جَمِیْعِ الْاٰفَاتِ بِحَقِ لَا اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ مُحَمَّدٌ رَّسُوْلُ اللّٰہِ ط

اٰمِیْن. اٰمِیْن. اٰمِیْن.

ظالم سے حفاظت کیلئے

اگر کسی کو ظالم شخص سے نقصان کا اندیشہ ہو اُس کے نقصان سے محفوظ رہنے کیلئے بلا تعداد بغیر گنتی کے کثرت سے یہ کلمات پڑھیں۔ ان کلمات کے پڑھنے کیلئے وضو بھی ضروری نہیں ہے بغیر وضو بھی پڑھا جاسکتا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ ظالم ہر ہر قدم پر ناکام ہوگا اور ذلیل وخوار ہو کر پیچھا چھوڑ دے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

اَللّٰھُمَّ اکْفِنَاہُ بِمَا شِئْتَ اَللّٰھُمَّ اِنِّیْ اَجْعَلُکَ فِیْ نُحُوْرِھِمْ وَنَعُوْذُ بِکَ مِنْ شُرُوْرِ ھِمْ۔

گاڑی کا حادثات سے بچاؤ

اگر گاڑی کے پرزے ٹوٹ جاتے ہوں یا گاڑی بار بار ٹکراتی ہو یا گاڑی بار بار اُلٹ جاتی ہو یا قابو میں نہ رہتی ہو یا بریک فیل ہوجاتے ہوں تو اس کیلئے مندرجہ ذیل الفاظ باوضو لکھ کر سامنے والے شیشہ کے اوپر ٹیپ یا گوند سے چپکا دیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ اللہ کی رحمت سے گاڑی ہر قسم کے حادثات سے محفوظ ہوجائے گی۔ وہ الفاظ یہ ہیں:۔

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم

اَللّٰہُ حَافِظِیْ   اَللّٰہُ نَاصِرِیْ

اَللّٰہُ نَاظِرِیْ   اَللّٰہُ مَعِیْ

لڑکے' لڑکی کی شادی

گزشتہ دور میں لڑکے لڑکی کی شادی کوئی مسئلہ نہ تھا کیونکہ باہمی طور پر خاندان میں شادیاں ہوتی تھیں لیکن اب اچھا رشتہ تلاش کرنا بہت بڑا مسئلہ ہے۔

اس کا سب سے اچھا طریقہ یہ ہے کہ بالغ ہوتے ہی لڑکی کا رشتہ کردیا جائے۔ شادی کیلئے یہ عمل بہت کامیاب ہے:

اول ایک لاکھ 25 ہزار بار آیت کریمہ کا ختم کیا جائے بہت سے لوگ مل کر پڑھ لیں یا ایک ہی فرد تھوڑا تھوڑا کر کے مکمل کرلے دونوں طرح درست ہے۔

پڑھنے کا طریقہ یہ ہے کہ جب بھی پڑھنے بیٹھیں باوضو ہوں' الفاظ صحیح ادا کریں' تعداد صحیح ہو اور آیت کریمہ شروع کرنے سے قبل ہر شخص نماز والا درود شریف گیارہ بار پڑھے اور جب پڑھنا ختم کریں اس کے بعد گیارہ بار درود شریف پڑھیں۔ پہلے دن جتنی مقدار میں پڑھا ہے اس کو کسی کاغذ پر لکھ لیں جب تعداد ایک لاکھ 25 ہزار ہوجائے تو پڑھنا ختم کردیں۔

ایک لاکھ پچیس ہزار سے تعداد نہ زیادہ ہو نہ کم ہو بلکہ پوری تعداد ہو۔ آیت کریمہ یہ پڑھنی ہے:۔

لَا اِلٰہَ اِلَّا اَنْتَ سُبْحٰنَکَ اِنِّیْ کُنْتُ مِنَ الظّٰلِمِیْنَ ط

جب سوا لاکھ مرتبہ آیت کریمہ کی تعداد مکمل ہوجائے تو اس کے بعد سوا لاکھ مرتبہ یَالَطِیْفُ کا ختم کریں چند افراد مل کر پڑھ لیں یا ایک ہی شخص (مرد ہو یا عورت) پڑھ لے جب بھی پڑھنا شروع کرے اول درود شریف گیارہ بار پڑھے اس کے بعد یَالَطِیْفُ پڑھنا شروع کرے اور جب پڑھنا ختم کرے گیارہ بار درود شریف ضرور پڑھے جب سوا لاکھ کی تعداد پوری ہوجائے پھر لڑکا یا لڑکی خود یا گھر کا کوئی بھی فرد روزانہ اول گیارہ بار درود شریف پڑھے اس کے بعد گیارہ سو بار یَالَطِیْفُ پڑھے پھر آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھے۔ یہ عمل اس وقت تک کرے جب تک شادی مکمل نہ ہوجائے۔ انشاء اللہ تعالیٰ جلد شادی ہوجائے گی۔

روزی میں فراخی کے واسطے

جس شخص کی روزی تنگ ہو اور گھر میں کھانے اور خرچ کی پریشانی رہتی ہو اس کیلئے ضروری ہے کہ وہ روزانہ ان کلمات کو ایک سو بار پڑھ لیا کرے۔ انشاء اللہ روزی میں فراخی پیدا ہوگی اور رزق زیادہ تعداد میں ملے گا۔ وہ کلمات یہ ہیں:۔

یَادَآئِمَ الْعِزِّ وَالْمُلْکِ وَالْبَقَاءِ یَاذَاالْجَلَالِ وَالْجُوْدِ وَالْفَضْلِ وَالْعَطَاءِ یَا وُدُوْدُ ذُوالْعَرْشِ الْمَجِیْدُ یَافَعَّالٌ لِّمَا یُرِیْدُ.

تین نازک ترین گھڑیاں

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا کے بارے میں بیان کیا جاتا ہے کہ انہیں جہنم کی یاد آتی تو بے اختیار رو پڑتیں...... نبی اکرم ﷺ نے ان سے پوچھا کس چیز کی یاد تمہیں رلا رہی ہے' فرماتی ہیں مجھے جہنم کی آگ یاد آئی تو بے اختیار رونا آ گیا۔ یہ بتایئے کیا قیامت کے دن آپ ﷺ اپنی بیویوں کو یاد رکھیں گے؟؟ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا (عائشہ رضی اللہ عنہا) تین مواقع تو ایسے نازک ہوں گے کہ کوئی کسی کو یاد نہ رکھ سکے گا ایک وہ جب انسان کے اعمال تولے جارہے ہوں گے ہر ایک کو فکر ہوگی کہ اس کی نیکیوں کا پلڑا ہلکا رہتا ہے یا بھاری' دوسرا نازک موقع وہ ہوگا جب نامہ اعمال ہاتھ میں دیا جائیگا ہر ایک کو فکر ہوگی کہ اس کا نامہ اعمال داہنے ہاتھ میں دیا جاتا ہے یا بائیں ہاتھ میں اور تیسرا نازک موقع جب پل صراط سے گزرہو گا اور وہ جہنم کے اوپر رکھا جائے گا۔ (ابوداؤد) **(محسن الفارابی جھنگ صدر)**

بیر! سستا پھل انوکھے فوائد

شائلہ حیات، ساہیوال

بیر کی گٹھلی عام طور پر کھانے کے بعد پھینک دی جاتی ہے لیکن قدرت نے اس بظاہر فالتو چیز میں بڑی خوبیاں رکھی ہیں۔ یہ گٹھلی پیس کر ٹوٹی ہوئی ہڈی کے مقام پر لگانے سے ہڈی جڑ جاتی ہے۔ اس کی گٹھلی عضلاتی چوٹ یعنی گوشت کو متاثر کرنے والی چوٹ اور موچ میں فائدے مند ہوتی ہے

بیر کو بعض لوگ غریب کا سیب کہتے ہیں، جو کچھ زیادہ غلط نہیں، کیونکہ یہ نسبتاً سستا اور ہر دل عزیز پھل ہے۔ بعض لوگوں کو یہ سیب سے زیادہ لذیذ معلوم ہوتا ہے۔ بیر کی عام طور پر تین اقسام بیان کی جاتی ہیں۔ 1۔ پیوندی بیر 2۔ تخمی بیر اور جنگلی بیر۔

پیوندی بیر: پیوندی بیر کو سیو بیری بھی کہا جاتا ہے۔ یہ بیر بڑے اور خوش ذائقہ ہوتے ہیں۔ یہ اوپر سے سبز ہوتے ہیں اور ان کو گودا سفید ہوتا ہے۔ اس بیر کی شکل لمبوتری اور لمبائی ایک سے دو انچ تک ہوتی ہے۔ انہیں پیوندی بیر اس لیے کہا جاتا ہے کہ ان بیروں کی قلم لگائی جاتی ہے۔ اس کے درخت کو بیج کے ذریعے سے نہیں بویا جاتا۔

تخمی بیر: تخمی بیر کو کاٹھے بیر بھی کہا جاتا ہے۔ ان کی شکل گول ہوتی ہے۔ ان کا رنگ سرخ ہوتا ہے۔ پیوندی کے مقابلے میں یہ بیر چھوٹے ہوتے ہیں۔ ان کا ذائقہ کھٹ مٹھا ہوتا ہے۔ انہیں تخمی اس وجہ سے کہا جاتا ہے کہ انہیں بیج بو کر حاصل کیا جاتا ہے۔

جنگلی بیر: تیسری قسم جنگلی ہے اسے جھڑ بیری یا کوکنی بیر بھی کہا جاتا ہے۔ یہ بیر بہت چھوٹے ہوتے ہیں۔ ان کا سائز مٹر کے دانوں کے برابر ہوتا ہے۔ اس میں مٹھاس سے زیادہ ترشی ہوتی ہے۔ جھڑ بیری عام طور سے پہاڑی علاقوں میں پائی جاتی ہے۔ یہ جھاڑیاں خودرو ہوتی ہیں اور تقریباً پوری دنیا میں پائی جاتی ہیں۔ ان جھاڑیوں پر پتے کم اور کانٹے زیادہ ہوتے ہیں۔ ان جھاڑیوں کو بکریاں بڑے شوق سے کھاتی ہیں۔

بیر میں کیلشیم، فاسفورس اور فولاد کے علاوہ حیاتین الف، ب اور ج کی کافی مقدار ہوتی ہے۔ ان چیزوں کے علاوہ اس میں گلوکوز بھی ہوتا ہے جو جسم کو فوری توانائی فراہم کرتا ہے۔

دست اور پیچش: بیر نظام ہضم کیلئے بہت مفید ہے۔ اس کے استعمال سے معدے اور آنتوں کی کمزوری دور ہو جاتی ہے۔ بیر کو بھون کر دست اور پیچش کی شکایت میں استعمال کراتے ہیں۔ اس کے علاوہ جنگلی بیری کی جڑ بارہ گرام اور کالی مرچ سات عدد پانی میں پیس کر دن میں تین بار پلانے سے پیچش اور مروڑ دور ہو جاتی ہے۔ سوکھے ہوئے بیر کھانے سے بھی دست بند ہو جاتے ہیں۔

آنتوں کے کیڑے: بعض اوقات بچوں اور بڑوں کی آنتوں میں کیڑے ہوتے ہیں جس کی وجہ سے ان کی صحت خراب رہتی ہے۔ ان کیڑوں کو خارج کرنے کیلئے میٹھے بیروں کو چھل کر ان کا پانی 24 گرام سے 128 گرام تک کی مقدار میں پلانا مفید ہوتا ہے۔ اس کے استعمال سے کیڑے خارج ہو جاتے ہیں۔

خون کی صفائی: بیر کے استعمال سے خون صاف ہو جاتا ہے اور اس کے زہریلے مادے خارج ہو جاتے ہیں۔ روزانہ آٹھ دس بیر کھانے سے چہرے کے داغ دھبے صاف ہو جاتے ہیں اور چہرہ سرخ اور تر و تازہ رہتا ہے۔

ٹوٹی ہوئی ہڈی: بیر کی گٹھلی عام طور پر کھانے کے بعد پھینک دی جاتی ہے لیکن قدرت نے اس بظاہر فالتو چیز میں بڑی خوبیاں رکھی ہیں۔ یہ گٹھلی پیس کر ٹوٹی ہوئی ہڈی کے مقام پر لگانے سے ہڈی جڑ جاتی ہے۔ اس کی گٹھلی عضلاتی چوٹ یعنی گوشت کو متاثر کرنے والی چوٹ اور موچ میں فائدے مند ہوتی ہے۔ اس فائدے کیلئے بیر کی گٹھلی کوٹ کر پانی میں اتنا جوش دیں کہ پانی گاڑھا ہو جائے۔ اسے اکھڑے عضو، ٹوٹی ہوئی ہڈی اور عضلاتی چوٹ پر استعمال کیا جاتا ہے۔ اگر یہ پانی بچوں کے پاؤں پر ملا جائے تو بچے جلدی چلنے لگتے ہیں۔

خراب زخم اور پھوڑے: پرانے زخم اور ایسے پھوڑے جو کسی طرح خشک نہ ہوتے ہوں، ان پر بیر کے درخت یا جھاڑی کی چھال کا سفوف چھڑکنے سے یا پانی میں ملا کر لیپ کرنے سے بہت جلدی آرام آ جاتا ہے۔ عام پھوڑوں یا پیپ بھرے ہوئے پھوڑوں کو جلدی پکانے کیلئے بیری کے پتے پیس کر گرم کر کے لیپ کرنے سے یہ پھوڑی جلدی پک جاتے ہیں اور ان کا گندا مواد آسانی سے نکل جاتا ہے۔

نکسیر پھوٹنا: اگر کسی شخص کی نکسیر پھوٹ گئی ہو تو بیری کے پتوں کو پیس کر کنپٹیوں پر لیپ کرنے سے آرام آ جاتا ہے۔

لمبے، مضبوط اور چمکیلے بال: بیر کے پتوں کو پانی میں اچھی طرح جوش دے کر اس پانی سے سر کے بال دھوئیں تو بال لمبے، مضبوط اور چمکیلے ہو جاتے ہیں اور بفا یعنی سر کی خشکی جاتی رہتی ہے، اگر بال گرتے ہوں تو اس جوشاندے سے بال دھونے سے بال گرنا بند ہو جاتے ہیں۔

بواسیر کے مقام پر بیری کے درخت کی جڑ پانی میں پیس کر لیپ کرنا مفید ثابت ہوتا ہے اس کے علاوہ جڑ کو پیس کر جگر کے مقام پر مقامی طور پر لیپ کرنے سے بڑھا ہوا جگر کم ہو جاتا ہے۔

میری مریضانہ زندگی کا واقعہ

چھ سات روز گزر جانے کے بعد میرے تمام چہرے پر باریک باریک ابھری ہوئی پھنسیاں ظاہر ہونے لگیں

ایک دن کا واقعہ ہے کہ میں شام کے وقت بیڈمنٹن کھیل رہا تھا چونکہ میں ضرورت سے زیادہ کھیل چکا تھا اس لیے پسینہ بہت آیا۔ گراؤنڈ سے ہٹنے پر مجھے اپنی دائیں گال پر چبھتی ہوئی تکلیف ہوئی میں نے فوراً ہاتھ پھیر کر دیکھا تو معلوم ہوا کہ ایک چھوٹی سی پھنسی گال پر نمودار ہوئی ہے مگر میں نے اس کی کوئی پروا نہ کی۔

چھ سات روز گزر جانے کے بعد میرے تمام چہرے پر باریک باریک ابھری ہوئی پھنسیاں ظاہر ہونے لگیں، جن سے مجھے تکلیف بھی پہنچتی تھی اور شکل بھی اچھی نہیں معلوم ہوتی تھی۔ بعض لوگوں نے بتایا کہ مہاسے ہیں اور کسی نے کہا کیل، بہر حال خیال آرائیاں ہوتی رہیں اور میں علاج کرتا رہا۔ مختلف مرہم لگائے مگر کچھ فائدہ نہ ہوا۔

مجھے طب سے بھی دلچسپی ہے اور نسخے جمع کرنے کا انتہائی شوق ہے۔ مجھے خیال آیا کہ اپنی نسخوں کی کاپی میں سے مرہم کا کوئی مؤثر نسخہ نکالوں اور اسے بنا کر استعمال کروں، چنانچہ مجھے حسب خواہش ایک نسخہ مل گیا جو حسب ذیل ہے:

ویزلین ایک اونس کاربالک ایسڈ اگرین، کافور ایک ڈرام، بورک ایسڈ ایک ڈرام، سلفر دو ڈرام، میدہ دو ڈرام اور نیلا تو تیا 5 گرین اس مرہم کو اس طرح تیار کیا۔

پہلے ویزلین کو چولہے پر گرم کیا، اس میں کافور کو ملا کر گھوٹا اور جب کافور اس میں حل ہو گیا تو نیلا تو تیا ملا دیا۔ اب میں نے برتن کو چولہے سے نیچے اتار کر رکھ دیا۔ ابھی وہ نیم گرم ہی تھا کہ اس میں میدہ، سلفر، بورک ایسڈ اور کاربالک ایسڈ کو اچھی طرح چھری سے ملا دیا گیا اور مرہم تیار ہو گیا۔

میں یہ مرہم رات کو چہرے پر اچھی طرح مل کر سو جاتا تھا اور صبح نیم گرم پانی سے منہ دھوتا تھا۔ اس کے علاوہ دن میں چہرے پر کھوپرے کے تیل میں گرم کیا ہوا کافور لگایا کرتا تھا اور اندرونی طور پر خون کی صفائی کیلئے خون صفاء استعمال کرتا۔ صرف تین دن کے استعمال سے میرے منہ کی تمام پھنسیاں جھڑ کر ایسی غائب ہو گئیں جیسے کچھ ہوا ہی نہ تھا۔ (صفحہ 86)

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز طبی تجربات اور نسخے حاصل کرنے کیلئے "معالج اور مریضوں کے تجربات" کا مطالعہ کریں۔

جسمانی بیماریوں کا شافی علاج ——— طبی مشورے

یہ بواسیر ہے☆میری جلد چکنی ہے☆بس میرا چہرہ سفید ہو جائے☆موٹا ہوں مگر کمزور☆جسم میں گرمی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کیلئے تجویز کی گئی ہے۔

یہ بواسیر ہے

مجھے کچھ عرصہ سے شدید قبض ہے اور ساتھ ہی پاخانے والی جگہ پر کمر کی طرف ورم ہے اور کنارے پر پھولا ہوا دانہ ہے جو قبض کشا دوا استعمال کرنے پر اتنا ہی رہتا ہے۔ دوا استعمال نہ کروں تو قبض شدید ہو جاتا ہے' شدید درد ہوتا ہے اور ورم والا دانہ پھولنے لگتا ہے' تیز قبض کی صورت میں کبھی کبھار ایک دو قطرے خون آجاتا ہے۔ میں اس صورت حال سے پریشان رہتا ہوں' سمجھ میں نہیں آتا کہ یہ کونسا مرض ہے۔ آپ اس مرض کا نام بتائیں اس کے پیدا ہونے کی وجوہات بتائیں اور اس کا علاج کا طریقہ مکمل پرہیز تحریر کریں۔ **(سلیم خان' درہ آدم خیل)**

مشورہ: یہ صورتحال دو باتوں سے خالی نہیں یا یہ بواسیر ہے یا یہ بھگندر ہے اس کی تشخیص سرجن بآسانی کرسکتا ہے۔ کسی ہوشیار سرجن سے رجوع کریں دونوں حالتوں میں پپیتہ مفید دوا اور غذا ہے۔ غذا کے بعد کھایا کریں' گوشت نہ کھائیں' سبزیاں کھائیں' مرہم سکونی کریم لے کر استعمال کرسکتے ہیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

سات ماہ سے یرقان

گزشتہ سات ماہ سے میری امی کو یرقان کا مرض ہے۔ پہلے آنکھیں بالکل پیلے رنگ کی تھیں اب ان میں سفیدی آگئی ہے' 1/4 حصہ یرقان اب بھی ہے۔ میری امی کو جوڑوں' پٹھوں اور کمر میں شدید درد رہتا ہے۔ اتنا درد ہے کہ آٹا بھی نہیں گوند سکتیں' قبض بھی رہتی ہے بھوک بہت کم لگتی ہے' کمزوری بڑھ گئی ہے۔ یہی مرض میری بہن کو بھی ہو گیا ہے۔ کوئی ایسا علاج بتائیں کہ دونوں استعمال کریں جس کے استعمال سے مذکورہ تکالیف اور یرقان ختم ہو جائے اور ہمیں ہیپاٹائٹس بی سے بچنے کی احتیاطی تدابیر بھی بتائیں' یہ مرض کافی بڑھ گیا ہے اور میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا پیٹ خراب رہتا ہے جو بھی غذا کھاتا ہوں وہ جزو بدن نہیں بنتی منہ سے کڑوا اور کھٹا پانی نکلتا ہے' بھوک کم لگتی ہے۔ آنکھوں کے آگے دھند چھائی ہوئی ہے۔ میری عمر 18 سال ہے اور وزن صرف 40 کلو ہے۔ کمزوری بہت زیادہ ہے۔ منہ کی ہڈیاں ظاہر ہو رہی ہیں' سر میں چکر آتے ہیں۔ **(شکیل احمد' میرپور خاص سندھ)**

مشورہ: ہیپاٹائٹس پر ہم نے کافی کچھ ان کالموں میں لکھا ہے اور وقتاً فوقتاً لکھتے بھی رہتے ہیں آپ نے ایک ہی خط میں کئی مریضوں کا حال لکھ دیا ہے۔ ہر مریض کا حال تفصیل سے آنا ضروری ہے اور ہر مریض کا حال الگ خط میں لکھیں اپنی امی کا ایل ایف ٹی کروائیں اور رپورٹ کی فوٹو کاپی بھجوائیں۔

میری جلد چکنی ہے

میرا سب سے اہم مسئلہ یہ ہے کہ میری جلد چکنی ہے' باقی تمام مسائل اسی مسئلہ کی بناء پر ہیں۔ پچھلے چار سال سے میرے چہرے پر دانے نکل رہے ہیں جب یہ دانے ٹھیک ہوتے ہیں تو داغ چھوڑ جاتے ہیں جب داغ جاتے ہیں تو گڑھے بن جاتے ہیں۔ میری سمجھ میں نہیں آتا کہ میں ان دانوں' داغوں یا گڑھوں کا کیا علاج کروں؟ میں نے بہت سی کریمیں' ٹوٹکے اور دوائیاں استعمال کیں لیکن وقتی افاقہ ہوا میں ذہنی پریشانی میں مبتلا ہوں اور کسی سے اعتماد سے بات نہیں کرسکتی ہوں۔

ان داغوں اور گڑھوں سے میری رنگت کالی ہوگئی ہے۔ گڑھے میرے چہرے کو مزید بدصورت بنا رہے ہیں۔ یہ توجہ طلب اور اہم مسئلہ ہے میں ایسا چہرہ لیے کسی کے سامنے بھی نہیں جاتی اس کے بدلے مجھے طرح طرح کی باتوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ میں نے کہیں پڑھا ہے کہ ملتانی مٹی میں گلاب کا عرق ملا کر ہر روز چہرے پر لگانے سے گڑھے بھر جائیں گے مجھے فرق تو نہیں پڑا البتہ چہرے کی رنگت مزید کالی ہوگئی میں نے یہ لگانا بھی چھوڑ دیا ہے۔ **(مجبور عائشہ......راولپنڈی)**

مشورہ: آپ ''حسن و جمال پیکیج'' کچھ عرصہ استعمال کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ یہ کوئی ایسا مسئلہ نہیں کہ جس کی وجہ سے آپ کی تعلیم متاثر ہو' تعلیم جاری رکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

بس میرا چہرہ سفید ہو جائے

میری عمر تقریباً 20 سال ہے اور میں سیکنڈ ایئر کی طالبہ ہوں' کچھ عرصے سے میرے بائیں بازو میں بہت زیادہ درد ہوتا تھا جس کا میں نے کوئی نوٹس نہیں لیا تھا لیکن اب اس کے ساتھ میرے سینے میں بائیں طرف بہت درد ہوتا ہے۔ میں نے ڈاکٹر کو دکھایا تو انہوں نے ای سی جی کروائی پتہ چلا کہ دل کی دھڑکن تیز ہوگئی ہے۔ اب میرا سانس بھی بہت پھولتا ہے۔ میرے دونوں بازوؤں اور سینے کے درمیان اور بائیں طرف پیچھے کی طرف گردن کے نچلے حصے میں دونوں بازوؤں کے درمیان بہت درد ہوتا ہے جس کی وجہ سے میرا رنگ کالا ہوگیا ہے میرے چہرے' جسم' بازو اور ہاتھ پاؤں کا رنگ بھی کالا ہوگیا ہے ور میرے چہرے پر داغ بھی بن گئے ہیں اور میری ٹانگیں اور بازو بالکل بے جان ہوگئے ہیں کسی چیز کو کھینچوں یا مروڑوں تو بہت درد ہوتا ہے اور کام نہ بھی کروں تب بھی بہت درد ہوتا ہے۔ دل بھی کمزور محسوس ہوتا ہے۔ میرے مسئلے کا کوئی آسان حل بتائیں اور کوئی بنی بنائی دوائی بتایئے گا مہربانی کر کے ان بیماریوں کیلئے مجھے کوئی تیار شدہ دوائی بتائیں تاکہ میں بازار سے خرید کر کھا سکوں اور ایسی دوائی بتایئے گا کہ میں ٹھیک ہو جاؤں اور میرے چہرے' جسم' بازو اور ہاتھ پاؤں کا رنگ بالکل سفید ہو جائے اور پھر ساری زندگی کبھی کالا نہ ہو۔ میں آپ کو تمام عمر دعائیں دوں گی۔ میرے حافظے کی تیزی کیلئے کوئی نسخہ بھی بتا دیجئے گا۔ میرے چہرے پر ہڈیاں نظر آتی ہیں تھوڑا نرم ملائم اور سفید سا میرا چہرہ ہو جائے۔ **(نور فاطمہ' لاہور)**

مشورہ: صحت اچھی ہوگی تو چہرہ بھی نارمل ہو جائے گا۔ صحت خراب ہوگی تو چہرہ کیسے اچھا نظر آئے گا۔ چہرہ بشرہ تو پورے بدن کی صحت کا آئینہ ہے۔ آپ کچھ عرصہ'' جوہر شفاء مدینہ' ستر شفائیں اور خون صفا'' استعمال کریں۔ پانچوں وقت کی نماز اور ترجمہ کے ساتھ قرآن مجید کی

تلاوت کافی ہے۔ یہ وہ عمل ہے جس کی اللہ اور رسول ﷺ نے اپنی امت کو بار بار تاکید فرمائی۔ اس عمل کو چھوڑ کر کسی اور عمل کی تلاش بے عقلی اور جہالت ہے۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

موٹا ہوں مگر کمزور......

میری عمر 31 سال ہے۔ دماغی کام بہت کرنا پڑتا ہے بظاہر ٹھیک ٹھاک زندگی بسر کر رہا ہوں لیکن کئی مسائل کا شکار ہوں۔ مجھے صحیح ٹائم پر اجابت نہیں ہوتی۔ ناشتہ وغیرہ کرنے کے آدھا گھنٹے بعد اجابت ہوتی ہے۔ لیکن وہ بھی مکمل نہیں ہوتی ہے آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے پڑ گئے ہیں اور بینائی بھی ہلکی سی کمزور ہے۔ پہلے رنگت کافی صاف تھی۔ لیکن اب سانولی ہوگئی ہے۔ ایک سال پہلے دائیں گردے میں درد ہوا تھا اس میں چھوٹی سی چاول کے دانے کے برابر پتھری ہوگئی تھی لیکن بعد میں گردہ صاف ہوگیا لیکن اب بھی کبھی کبھار ہلکا ہلکا درد ہوتا ہے۔ گردہ بھاری سا رہتا ہے۔ پہلے دماغ بہت تیز تھا لیکن عرصہ چھ ماہ سے یادداشت بہت کمزور محسوس ہوتی ہے۔ ہاتھوں میں ہلکی کپکپاہٹ ہوتی ہے اور ہاتھوں اور پیروں کو سردیوں میں پسینہ آتا ہے۔ میرے بال بہت کم ہو رہے ہیں اور تیزی سے سفید بھی ہو رہے ہیں۔ ہلکی سی ورزش کرنے سے یا پندرہ بیس سیڑھیاں چڑھنے سے سانس پھول جاتی ہے۔ میں نے صحت مند زندگی گزاری ہے۔ بے راہ روی' سگریٹ نوشی' شراب نوشی غرض کوئی بھی غیر صحت مندانہ شغل کبھی اختیار نہیں کیا' ہاں چائے دن میں چار بار روزانہ پیتا ہوں۔ چھوٹا گوشت کبھی کبھار کھا لیتا ہوں لیکن بڑا گوشت بالکل نہیں کھاتا۔ اس کے کھانے سے پیچش اور معدہ خراب ہو جاتا ہے۔ متوازن غذا فروٹ' چاول' سبزی اور مرغی کا گوشت استعمال کرتا ہوں لیکن موٹاپا ہو رہا ہے۔ پیٹ بھی تھوڑا سا بڑھ رہا ہے۔ وزن تقریباً 76 کلوگرام ہے۔ براہ کرم اچھا سا مشورہ دیں۔ **(محمد کریم بخش' پشاور)**

مشورہ: آپ ستر شفائیں' ٹھنڈی مراد اور جوہر شفاء مدینہ مستقل مزاجی سے دس ڈبی استعمال کریں۔ متوازن غذا استعمال کریں۔ کوشش کریں کہ چائے کی مقدار کم کر دیں۔ کچھ عرصہ بعد دوبارہ اپنی کیفیت لکھیں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

جسم میں گرمی

میرے جسم میں گزشتہ ایک سال سے گرمی ہوگئی ہے۔ معدے میں اکثر خرابی ہو جاتی ہے اور سارے جسم میں کمزوری بھی بہت ہے اکثر سوئیاں چبھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ دھوپ میں دس پندرہ منٹ کھڑا رہوں یا چلوں تو سر میں سوئیاں چبھتی ہوئی محسوس ہوتی ہیں۔ میری عمر بیس سال ہے اور میرا قد بھی تقریباً چھ فٹ ہے مگر کمزور بہت ہوں جسم میں گرمی ختم ہی نہیں ہوتی۔ کوئی کہتا ہے کہ یہ مثانے کی وجہ سے ہے۔ براہ مہربانی آپ مجھے کوئی اچھا سا علاج بتا دیں تاکہ میں اس بیماری سے چھٹکارا پا سکوں اور موٹا بھی ہو سکوں اور کیا میرے پتلا ہونے کی بھی یہی وجہ ہے۔ **(نواز خان' اسلام آباد)**

مشورہ: عناب پانچ عدد توڑ کر الائچی سفید تین عدد چھیل کر ایک چمچی سونف کو ایک کپ پانی میں جوش دے کر چھان کر ذرا سی چینی ملا کر صبح و شام دو وقت پییں غذا میں کدو توری' لوکی ٹینڈے' پیٹھہ وغیرہ پکا کر کھائیں۔ صابن شیمپو استعمال نہ کریں۔ اگر کولیسٹرول نہ ہو تو خالص مکھن بھی مفید ہے۔

دانے بہت ہیں

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ پر دانے بہت ہیں' یہ دانے ریشے والے نہیں ایسے لگتا ہے جیسے بند ہوں اور ایسے لگتے ہیں جیسے جلد کے اندر ہوں میری عمر 22 سال ہے مجھے کئی سال سے یہ دانے نکل رہے ہیں کریموں کے استعمال سے ختم ہو جاتے ہیں لیکن پھر نکل آتے ہیں لیکن یہ دانے نشان نہیں بناتے صرف دانے ہی ہیں اگر ختم ہوتے ہیں تو نشان نہیں پڑتا۔ دھوپ میں جانے سے اور ہو جاتے ہیں اس کے علاوہ میری جلد گرمیوں میں چکنی اور سردیوں میں خشک ہوتی ہے اور مسام بھی کھلے ہوئے ہیں اور ایسے معلوم ہوتا ہے جیسے چھوٹے چھوٹے سوراخ ہوتے ہیں۔ **(شائستہ' اوکاڑہ)**

مشورہ: یہ گرمی دانے معلوم ہوتے ہیں۔ آپ جوہر شفاء مدینہ اور ٹھنڈی مراد استعمال کریں۔ اشتہاری کریمیں استعمال نہ کریں۔ آپ حسن و جمال کریم کچھ عرصہ مستقل استعمال کریں۔ غذا نمبر 1 استعمال کریں۔

حضرت حکیم صاحب کا 2012ء کا سفری شیڈول (انشاء اللہ تعالیٰ) جگہ اور اوقات کا شیڈول عبقری کے مقامی نمائندے سے معلوم کریں

فیصل آباد	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 7,8 جنوری 2012
جہانیاں	درس	بروز ہفتہ مورخہ 14 جنوری 2012
کراچی	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 28,29 جنوری 2012
اٹک	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 4,5 فروری 2012
بہاولپور	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 11,12 فروری 2012
مظفر گڑھ	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 18,19 فروری 2012
پشاور	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار 3,4 مارچ 2012
سکھر	درس	بروز جمعہ' ہفتہ' اتوار مورخہ 16,17,18 مارچ 2012
گجرات	درس	بروز ہفتہ مورخہ 31 مارچ 2012
کوئٹہ	کلینک	بروز پیر' منگل مورخہ 7,8 مئی 2012
باغ آزاد کشمیر	کلینک	بروز ہفتہ' اتوار مورخہ 26,27 مئی 2012

مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

غذا نمبر 1: کدو' گھیا توری' ٹینڈے' جو کا دلیہ' گندم کا دلیہ' ساگودانہ' کھچڑی' بند' رس' ڈبل روٹی' کھیرے' کھیرے کا سالن' مونگی کی پتلی دال' بغیر چھنے آٹے کی سادہ روٹی' بکری کا گوشت شوربے والا' دیسی مرغی کا گوشت شوربے والا' خرفہ کا ساگ' دہی میٹھا' براؤن بریڈ' سلاد' امرود' گنڈیری' انار' تربوز' گرما' سردا' خربوزہ' حلوہ کدو' پپیتہ' کیلا' چھلکا اسپغول' مربہ آملہ' مربہ ہریڑ' مربہ گاجر' پیٹھے کا حلوہ' خمیرہ گاؤزبان' عرق گاؤزبان' عرق سونف' عرق پودینہ' دودھ سوڈا' آڑو' انگور' ماء العسل (شہد میں پانی ملا ہوا) شکر' پالک' پیٹھا' خرفہ کا ساگ بکری کا دودھ۔

غذا نمبر 2: چھوٹا گوشت' سادہ روٹی' دیسی مرغی کا گوشت' سبزیاں ہر قسم کی' دیسی انڈے' آملیٹ' پرندوں کا گوشت' ہریسہ' نہاری' پائے' دال مونگی' دیسی گھی کی چوری' دودھ یا دودھ سے بنی ہوئی چیزیں' کھجور تازہ' چھوہارے' روغن زیتون' انجیر' شہد' چنے بھنے' کباب' پیاز کی سلاد' ناریل' منقی' روغن زیتون کا پراٹھا' بادام' پستہ' چلغوزہ' کاجو' مچھلی' گاجر کا حلوہ' پیٹھے کا حلوہ' دال کا حلوہ' لونگ کا قہوہ' کلونجی' خوبانی خشک' مربہ تمام قسم' جو کا ستو' اونٹ کا گوشت' کشمش' انگور' آم' گلقند دودھ میں ملا ہوا۔

شیخ عبدالحمید عابد

متوازن غذا سے لاثانی حسن حاصل کیجئے

وٹامن اے: یہ حسن و جمال کا سرچشمہ کہلاتا ہے کیونکہ یہ جلد اور آنکھوں کو توانائی بخشتا ہے علاوہ ازیں یہ زکام اور شب کوری یار توندھا سے محفوظ رکھتا ہے۔ کیلشیم اور فولاد کو جزو بدن بنانے میں مدد دیتا ہے۔ کیل مہاسے کو روکتا ہے

حسن کیا ہے؟ مصوری کے ایک شہرہ آفاق برطانوی نقاد کا کہنا ہے کہ حسن نام ہے متناسب اعضاء کا۔ مگر ہمارے نزدیک صحت کا دوسرا نام حسن ہے۔ اس نظریے کے مطابق صحت افزا اشیاء دراصل حسن کی ضمانت ہیں۔ ان اشیاء میں حسن کی افزائش کیلئے صحت بخش غذا ایک لازمی عنصر کی حیثیت رکھتی ہے۔ ہماری غذا میں وٹامنز کی جو اہمیت حاصل ہے وہ محتاج بیان نہیں ہے وٹامنز ہمارے حسن میں اضافہ کرتے ہیں ان کی تفصیل ذیل میں پیش ہے:۔

دل کش چمکیلے ناخن

دل کش مضبوط ناخنوں کیلئے گوشت' انڈے اور دودھ کا استعمال لازمی ہے۔ وٹامن سی ناخنوں کو مضبوط بناتی ہے اور ان کی بڑھوتری میں مدد دیتی ہے وٹامن بی کمپلیکس ناخنوں کو نرم پڑنے سے بچاتی ہے اگر آپ کے ناخن کمزور ہیں تو جیلاٹین کے سفوف کی ایک چمچی پھلوں یا سبزیوں کے رس یا دودھ میں ملا کر تین ماہ تک دن میں تین بار پئیں۔ یہ رس لیموں' ٹماٹر یا مالٹے کا نہیں ہونا چاہیے۔

صاف وشفاف جلد

صاف وشفاف اور چمکتی دمکتی جلد کیلئے وٹامنز اے' بی اور سی لازمی ہیں۔ یہ بھی گوشت' مچھلی اور دودھ سے حاصل ہوتے ہیں۔ اگر آپ کی جلد بے حد خشک ہے تو اپنی روزمرہ کی خوراک میں مچھلی کے تیل (کاڈ لیور آئل) کی ایک چمچی شامل کرلیں۔ وٹامن بی مکئی کے آٹے یا دلیہ انڈوں اور کلیجی میں ملتی ہے۔ اگر آپ کی جلد پھیکے رنگ کی ہے اس میں پیلاہٹ جھلکتی ہے تو فوری طور پر اپنے معالج سے مشورہ کریں۔ وہ دوسری چیزوں کے علاوہ ملٹی وٹامنز بھی تجویز کرے گا۔

چمک دار دانت

مضبوط اور چمک دار دانتوں کیلئے وٹامن اے اور ڈی ضروری ہیں۔ یہ بھی دودھ' مچھلی اور گوشت میں ملتے ہیں۔ وٹامن سی کیلشیم اور فولاد دانتوں کی مضبوطی کیلئے ضروری ہے۔ ان کیلئے سنگترہ' مالٹا' لیموں' کچی بند گوبھی' گاجریں اور ٹماٹر کھایئے۔ کیلشیم کیلئے گولیاں بھی لی جاسکتی ہیں لہسن میں فلورائڈ نامی جز دانتوں کو سفیدی عطا کرتا ہے۔ دانتوں کو ورزش کی بھی ضرورت ہوتی ہے اس مقصد کیلئے سخت سیب و ناشپاتی گاجر اور گنڈیری مفید ہے۔

چمکتے بال

چمک دار ریشمی بالوں کیلئے وٹامن بی ضروری ہے۔ یہ کلیجی' گردے و مونگ پھلی اور انڈوں سے ملتی ہے۔ اپنی خوراک میں دودھ' دہی یا پنیر کی کافی مقدار شامل کریں۔ گندھک ہمارے بالوں کو چمک عطا کرتی ہے۔ اس لیے کچی پھول گوبھی' شلجم اور بند گوبھی کھایئے۔ سمندری مچھلی میں بھی کافی گندھک پائی جاتی ہے۔ فولاد اور تانبے کے اجزاء بالوں کی رنگت کو برقرار رکھتے ہیں اور یہ خشک آلو بخارا اور انگور و کشمش' منقیٰ اور بادام سے ملتے ہیں۔

وٹامن اے

یہ حسن و جمال کا سرچشمہ کہلاتا ہے کیونکہ یہ جلد اور آنکھوں کو توانائی بخشتا ہے علاوہ ازیں یہ زکام اور شب کوری سے محفوظ رکھتا ہے۔ کیلشیم اور فولاد کو جزو بدن بنانے میں مدد دیتا ہے۔ کیل مہاسے کو روکتا ہے' یہ وٹامن سبز پتے دار سبزیوں' پھلوں' زرد رنگ کی سبزیوں' کلیجی' انڈے کی زردی' پنیر' مکھن اور بالائی میں بہ افراط ملتا ہے۔

وٹامن بی

بھوک لگاتا اور ہاضمہ بڑھاتا ہے' تھکن دور کرتا ہے' دماغ کو چاق و چوبند رکھتا ہے۔ یہ بھی کلیجی' گوشت' گردے' مرغی کے گوشت' مچھلی' انڈے' مٹر' مونگ پھلی اور دودھ میں ملتا ہے۔ رائبوفلاوین یا وٹامن بی 12 اعصابی نظام کو تقویت دیتا ہے اور ہاضمہ میں مدد دیتا ہے۔ یہ بھی ان تمام اشیاء میں پایا جاتا ہے جن کی فہرست اوپر دی گئی ہے۔ یایاسین بھی بدنی نظام کیلئے ضروری ہے یہ مذکورہ اشیاء کے علاوہ مکئی و سویابین اور گڑ میں ملتا ہے۔

وٹامن سی (ایسکاربک ایسڈ)

صحت مند مسوڑھوں' پٹھوں اور مضبوط ناخنوں کیلئے ضروری ہے۔ بدن کو چھوت سے محفوظ رکھتا ہے۔ یہ سنگترے' مالٹے' مسمی' لیموں' آلو' ٹماٹر' پتے دار سبزیوں' خربوزہ' سیب اور آلو میں ملتا ہے۔

وٹامن ایف

وٹامن ایف سخت اور کھردری جلد کو نرم بنانے میں مدد دیتا ہے۔

وٹامن ای

آرائش جمال کی اشیاء بنانے والوں کا مرغوب ترین وٹامن ہے۔ جلد کو تقویت دینے والی کریموں اور دافع عفونت محلول میں استعمال کیا جاتا ہے۔ وٹامن ای کا تیل آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے مٹانے کیلئے لگایا جاتا ہے۔

تمام حیاتین گوشت' دودھ' پھل اور سبزیوں میں پائے جاتے ہیں۔ مطلوبہ نتائج حاصل کرنے کیلئے بدن کو بہت تھوڑی مقدار کی ضرورت ہوتی ہے۔ لہٰذا اگر آپ کی خوراک متوازن ہے یعنی اس میں مذکورہ چاروں گروپس کی غذائیں شامل ہیں تو آپ کو مصنوعی وٹامنز کی گولیاں کھانے کی کوئی ضرورت نہیں۔

گیس کیلئے

ھوالشافی: اجوائن ایک پاؤ' سونف آدھا پاؤ' پودینہ دو تولے آملے دو تولے' نشادر ایک تولہ' ہریڑ ایک چھٹانک' کالا نمک ایک چھٹانک لے کر مکس کرکے پاؤڈر بنالیں۔ **ترکیب استعمال:** صبح و شام کھانے سے گھنٹہ پہلے یا بعد استعمال کریں۔ **(حرا بی بی' ڈیرہ اسماعیل خان)**

کاروباری رکاوٹ کا انوکھا وظیفہ

آپ نے سورۂ کوثر کے فوائد بتائے تو میں نے سوچا کیوں نہ روٹیوں کے اوپر پڑھ کر پھونک ماردوں میں نے درود شریف اول و آخر تین مرتبہ اور جتنی دفعہ پڑھ سکتی پڑھی اور روٹیوں پر پھونک مار کر رکھ دیتی اور صبح سویرے چڑیوں کیلئے ناشتہ تیار ہے

(ثمینہ، گجرات)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ گجرات تشریف لائے آپ کا درس سنا بے حد اچھا لگا بہت سی چیزوں کے متعلق پتہ چلا جو کہ پہلے نہیں پتہ تھیں۔ بہت سی چیزوں کے متعلق ذہن میں سوال تھا جن کے جواب آپ نے دے دیئے۔ آپ نے سورۂ کوثر کے بارے میں درس میں فرمایا' میں نے آزمایا تو نہیں کہوں گی اس پر عمل کیا آزمایا تو اس چیز کو جاتا ہے جس پر شک ہو' اللہ ہمیں معاف کرے اس کی کلام پاک کیلئے کبھی آزمایا کا لفظ استعمال نہ کریں۔ وہ یقینی بات ہے۔

میں روزانہ پرندوں یعنی چڑیوں اور کوؤں کیلئے ناشتہ لے کر چھت پر جاتی ہوں ان کو بھی انتظار ہوتا ہے' جونہی میں رات کی بھیگی ہوئی روٹیاں ان کیلئے وہاں رکھتی وہ سارے ایک دم کھانا شروع کر دیتے' یہ سلسلہ کوئی دو تین سال سے شروع ہے۔ اچانک دو تین مہینوں سے انہوں نے کھانا بند کر دیا۔ روٹیاں وہاں خشک ہو کر ادھر ادھر اڑتی پھرتیں اور مجھے بہت غصہ آتا۔ میں سوچنے لگی آخر ایسا کیوں ہے' کیا پرندے ناراض ہو گئے لیکن کیوں؟ پتہ نہیں۔ میں نے بہت حیلے بہانے کیے لیکن کوئی فرق نہیں پڑا۔ پھر آپ کا خطاب سنا اس میں آپ نے سورۂ کوثر کے فوائد بتائے تو میں نے سوچا کیوں نہ روٹیوں کے اوپر پڑھ کر پھونک ماردوں میں نے درود شریف اول و آخر تین مرتبہ اور جتنی دفعہ سورۂ کوثر پڑھ سکتی تھی پڑھی اور روٹیوں پر پھونک مار کر رکھ دیتی اور صبح سویرے چڑیوں کیلئے ناشتہ تیار ہے۔ آپ یقین جانیے اس دن سے روٹی کا ایک ٹکڑا ابھی تک ضائع نہیں ہوا۔

انمول خزانہ نمبر 1 کی کرامت

(عطاء اللہ)

میرے والدین نے میری منگنی میری خالہ کی بیٹی سے کر دی حالانکہ میں نے انکار کر دیا تھا۔ لیکن پھر والدین کی خوشی اور اللہ کی رضی سمجھتے ہوئے منگنی کو قبول کیا لیکن دل بہت بے چین رہتا تھا۔ اسی اثناء میں مجھے کہیں اور شادی کی خواہش پیدا ہوئی لیکن میں خود اپنی منگنی نہیں توڑ سکتا تھا۔ والدین بھی ناراض ہوتے اور خاندان بھر میں برا کہلاتا نیز یہ بھی پکا معلوم نہیں تھا کہ اس نئی جگہ پر شادی کیلئے میرے اور اس لڑکی کے والدین رضامند ہونگے یا نہیں۔ اسی بے چینی میں شب و روز گزر رہے تھے ایک مجھے کہیں سے انمول خزانے کی کتاب ملی۔ ہر نماز کے بعد خزانہ نمبر ایک باقاعدگی سے پڑھنا شروع کر دیا۔ میری حیرت کی انتہاء نہ رہی کہ میری پہلی منگنی خود بخود ہی ٹوٹ گئی اور میرے والدین نے بھی میری شادی کیلئے اس جگہ رضامندی کا خود اظہار کیا جہاں میں چاہتا تھا۔

یہ سب خود بخود کیسے ہو گیا میری عقل آج تک نہیں سمجھ سکی۔ البتہ یہ سب انمول خزانہ نمبر ایک کی برکت تھی۔ مزید حیرت کی بات یہ تھی کہ لڑکی کے گھر والے یعنی بہنیں' بھائی اور ماں بھی بہت آسانی سے رضامند ہو گئے بلکہ بہت خوش ہوئے غرضیکہ تمام رکاوٹیں خود بخود حیران کن حد تک ٹلتی گئیں۔

میں نے ماہنامہ عبقری سے دعا کی قبولیت کیلئے خاص نوافل پڑھنے کا طریقہ دیکھا اور اسی طرح نوافل پڑھ کر اسی جگہ اپنی شادی کیلئے دعا کی۔ اسی رات خواب میں خود کو دیکھا کہ آئینہ دیکھتا ہوں جس میں مجھے میری صورت بہت خوبصورت دکھائی دی ایسی خوبصورت شکل مجھے اپنی کبھی نظر نہیں آئی۔

طریقہ نوافل یہ ہے کہ دو رکعت صلوٰۃ الحاجت کی نیت سے پڑھی جائے اور ہر سجدے میں چالیس مرتبہ آیت کریمہ پڑھی جائے۔ اس کے بعد نہایت ہی آہ و زاری کے ساتھ اپنے مقصد کیلئے دعا کی جائے۔ نہایت ہی پرتاثیر اور عمل کی قبولیت کیلئے حیرت انگیز عمل ہے۔

اس دو انمول خزانے کو پڑھ کر میں اللہ سے جو بھی مانگتا ہوں اللہ مجھے وہ عطا کر دیتے ہیں۔

میرے کاروباری حالات ٹھیک نہ تھے اس سلسلے میں میں نے حکیم صاحب سے ملاقات کی تو حضرت حکیم صاحب نے مجھے ایک لاکھ پچیس دفعہ بسم اللہ شریف پڑھ کر دوبارہ ملنے کیلئے کہا تھا میں نے ابھی یہ وظیفہ مکمل بھی نہیں کیا تھا کہ میرے کاروبار میں خاطر خواہ بہتری ہونا شروع ہو گئی اور اب ماشاء اللہ جیسے میرا کاروبار پہلے تھا ویسے ہی ہو گیا ہے۔

زندہ یا مردہ

مولانا وحید الدین خان

ایک باہوش ڈرائیور جب گاڑی کو چلاتا ہے تو وہ راستہ کو دیکھتا ہوا گاڑی چلاتا ہے۔ ضرورت کے مطابق وہ کبھی چلتا ہے

گاڑی کے چلنے کی دو صورتیں ہیں' ایک یہ کہ اس کو ایک ڈرائیور چلائے اور دوسری صورت یہ ہے کہ اس کے انجن کو چلا کر اس کو سڑک پر چھوڑ دیا جائے بظاہر دونوں گاڑیاں چلتی ہوئی نظر آئیں گی مگر دونوں میں بہت بڑا فرق ہے۔ ڈرائیور والی گاڑی چل کر اپنی منزل پر پہنچتی ہے مگر بے ڈرائیور گاڑی کا انجام صرف یہ ہے کہ وہ کچھ دیر تک دوڑے اور اس کے بعد کسی چیز سے ٹکرا کر ختم ہو جائے۔

ایک باہوش ڈرائیور جب گاڑی کو چلاتا ہے تو وہ راستہ کو دیکھتا ہوا گاڑی چلاتا ہے۔ ضرورت کے مطابق وہ کبھی چلتا ہے اور کبھی رک جاتا ہے کبھی آگے بڑھتا ہے اور کبھی پیچھے ہٹ جاتا ہے۔ کبھی سیدھے چلتا ہے اور کبھی دائیں یا بائیں کی طرف مڑ جاتا ہے۔ یہی وہ گاڑی ہے جو کامیابی کے ساتھ اپنی منزل پر پہنچتی ہے۔

اس کے برعکس جو گاڑی ڈرائیور کے بغیر دوڑ رہی ہو وہ بس یکطرفہ طور پر دوڑتی رہے گی اس گاڑی کے ساتھ عقل اور شعور شامل نہیں وہ نہ رکے گی اور نہ پیچھے ہٹے گی۔ وہ نہ کہیں مڑے گی اور نہ کبھی سست ہو گی وہ اندھا دھند بس آگے کی طرف دوڑتی رہے گی۔ ایسی گاڑی کا واحد انجام یہ ہے کہ وہ تھوڑی دور چلے اور اس کے بعد ٹکرا کر اپنا خاتمہ کر لے۔

اس مثال سے زندہ انسان اور مردہ انسان کا فرق معلوم ہوتا ہے زندہ انسان باہوش انسان ہے اور مردہ انسان بے ہوش اور بے عقل انسان' زندہ انسان اگر کسی وقت بولے گا تو حسب موقع چپ بھی ہو جائے گا اور اگر چلے گا تو کبھی رک بھی جائیگا وہ اگر آگے بڑھے گا تو حالات کو دیکھ کر پیچھے بھی ہٹ جائیگا وہ اگر تیز دوڑے گا تو کبھی اپنی رفتار سست بھی کر لے گا۔ اس کا نتیجہ یہ ہو گا کہ وہ اپنی کامیابی تک پہنچ جائیگا۔ اس کے برعکس مردہ انسان وہ ہے جو اس قسم کی سمجھ سے خالی ہو جو بولنے کے بعد چپ نہ ہو سکے جو چلنے کے بعد رکنا نہ جانے جو صرف اپنی شرطوں کو منوانا چاہتا ہو۔ فریق مخالف کی شرطوں پر راضی ہونا اس کے یہاں خارج از بحث ہو۔ ایسا انسان مردہ انسان ہے خدا کی دنیا میں اس کیلئے صرف یہ مقدر ہے کہ وہ تباہی اور بربادی کا نشان بن کر رہ جائے۔

آپکی شخصیت پر کشش بن سکتی ہے

ڈاکٹر عمر رحمان‘ اسلام آباد

بدمزاج انسان کبھی اپنی شخصیت کا اچھا تاثر نہیں چھوڑتا ایک اچھی شخصیت کی یہ سب سے بڑی خوبی ہے کہ انسان خوش مزاج ہو اور مسکرانا جانتا ہو‘ دل کش مسکراہٹ انسان کی شخصیت کو نمایاں کردیتی ہے اور دوسروں پر گہرا تاثر چھوڑتی ہے

ایک پر کشش شخصیت انسان کی ایسی خوبی ہے جس سے بے شمار کمزوریوں کی پردہ پوشی ہوجاتی ہے ممکن ہے کہ آپ بہت زیادہ ذہین یا دل کش نہ ہوں لیکن اگر آپ کی شخصیت مجموعی طور پر متاثر کن ہے تو پھر کوئی وجہ نہیں کہ آپ ہر محفل میں مقبول اور ہر میدان میں کامیاب نہ ہوں۔ کچھ لوگوں کی شخصیت تو قدرتی طور پر ایک طلسمی اثر رکھتی ہے لیکن عام طور پر شخصیت کو خود ہی دل کش اور پر کشش بنانا پڑتا ہے شخصیت ایک ہمہ گیر لفظ ہے۔ یہ ان تمام صفات کا مجموعہ ہے جنہیں عام طور پر پسند کیا جاتا ہے۔ اگر آپ کو ابھی تک یہ نہیں معلوم ہوسکا ہے کہ دوسرے آپ کی شخصیت سے متاثر ہیں یا نہیں تو ذرا حسب ذیل سوالات کی روشنی میں اپنا بھرپور جائزہ لیجئے۔

آپ کا حلیہ کیسا ہے؟

شخصیت کو جاذب نظر بنانے میں لباس بہت اہم کردار ادا کرتا ہے‘ لہٰذا آپ کو چاہیے کہ سب سے زیادہ اپنے لباس کا خیال رکھیں۔ ہمیشہ اپنی حیثیت کے مطابق بہترین لباس پہننا چاہیے۔ اچھے کپڑے اور عمدہ سلائی پر جو کچھ بھی خرچ ہوگا وہ کبھی رائیگاں نہ جائے گا۔ کپڑے نہ صرف صاف اور اجلے دھلے ہوں بلکہ ان پر اچھی طرح استری بھی کی گئی ہو۔ جوتوں پر عمدہ قسم کی پالش ہو اور جرابیں صاف اور دھلی ہوئی ہوں۔ اگر آپ کو پسینہ زیادہ آتا ہے تو مناسب مقدار میں پاؤڈر کا استعمال کرنا چاہیے۔

جسمانی صفائی کیلئے غسل کرنا نہایت ضروری ہے۔ دن میں کم ازکم دو بار دانتوں کی صفائی بھی لازمی ہے اگر آپ کثرت سے سگریٹ پیتے ہیں یا پان کھاتے ہیں تو پھر اپنے منہ کی صفائی کا بہت زیادہ خیال کریں اگر باتیں کرنے کے دوران آپ کے منہ سے بدبو آگئی تو پھر آپ کی شخصیت کا سارا طلسم ٹوٹ جائے گا۔

بکھرے ہوئے اور پریشان بال انسان کی لاپرواہ طبیعت اور لاابالی پن کا ثبوت ہیں۔ آپ کو چاہیے کہ اپنے سر کے بالوں کو ہمیشہ درست رکھیں۔ اسی طرح ناخنوں کی صفائی کا بھی خاص خیال رکھنا چاہیے۔

کیا آپ کی آواز میں دلکشی ہے؟

آواز میں دل کشی کا مطلب یہ ہے کہ آپ کی آواز سننے والوں کو اچھی معلوم ہوتی ہے یا نہیں اور آپ کا انداز گفتگو دل نشین ہوتا ہے یا بے اثر؟ یہ نہ بھولیے کہ اچھی آواز انسان کی شخصیت میں چار چاند لگا دیتی ہے آہستہ آہستہ اور ٹھہر ٹھہر کر بات کیجئے اور اس چیز کو مدنظر رکھیے کہ آپ کا مدمقابل آپ کی باتوں سے بور بھی نہ ہو باتیں کرتے وقت اس بات کا خاص طور پر خیال رکھیے کہ آپ موضوع سے نہ بھٹک جائیں اور آپ کی باتیں بے ربط اور بے تکی نہ ہوجائیں۔

بدمزاج انسان کبھی اپنی شخصیت کا اچھا تاثر نہیں چھوڑتا ایک اچھی شخصیت کی یہ سب سے بڑی خوبی ہے کہ انسان خوش مزاج ہو اور مسکرانا جانتا ہو‘ دلکش مسکراہٹ انسان کی شخصیت کو نمایاں کردیتی ہے اور دوسروں پر گہرا تاثر چھوڑتی ہے۔ لوگ جب مسکراتے ہیں تو ان کا چہرہ ہشاش بشاش نظر آنے لگتا ہے۔ مسکراہٹ انسان کے اعصاب کیلئے بھی مفید ہے اور ایک بھرپور مسکراہٹ نہ صرف انسان کی شخصیت کو پر کشش بناتی ہے بلکہ مجموعی طور پر اس کی صحت پر بھی اچھا اثر ڈالتی ہے اگر آپ کسی مشکل کام کو بھی مسکرا کر شروع کردیں گے تو وہ کام بدرجہا بہتر طور پر اور مقابلتاً کم وقت میں پایہ تکمیل کو پہنچ جائے گا۔

کیا آپ دوسروں کا خیال رکھتے ہیں؟

آپ کو خود یہ تجربہ ہوا ہوگا کہ لوگ جب آپ کی تکلیف کا خیال نہیں کرتے تو آپ کو بے حد رنج و ملال ہوتا ہے اس لیے اگر آپ اپنے کو قابل توجہ بنانا چاہتے ہیں تو دوسروں کا بھی ضرور خیال رکھیے۔ دوسروں کی فلاح و بہبود اور آرام کا خیال رکھنا آپ کیلئے اتنا ہی ضروری ہے جتنا آپ اپنا خیال رکھتے ہیں دنیا میں شاید ہی کوئی ایسا شخص ہو جس کے احساسات کا احترام کرتے ہوئے آپ کوئی کام کریں اور وہ اس سے متاثر نہ ہو۔ اگر آپ یہ محسوس کرتے ہیں کہ اب تک آپ سے اس قسم کی کوتاہیاں سرزد ہوتی رہی ہیں تو آج ہی سے یہ تہیہ کرلیجئے کہ اب آئندہ آپ دوسروں کی مسرت و آرام کا برابر خیال رکھا کریں گے۔ بحث و مباحثہ کے دوران اس پر مصر نہ ہوجایئے کہ ہمیشہ فتح آپ ہی کی رہے اور اختلاف رائے کے موقع پر کسی کو منہ توڑ جواب ہرگز نہ دیجئے۔

کیا آپ کی گفتگو دلچسپ ہوتی ہے؟

کوئی بھی عورت یا مرد خواہ دیکھنے میں کتنا ہی اچھا کیوں نہ لگتا ہو لیکن اگر وہ بالکل خاموش بت بنا بیٹھا رہے تو تھوڑی ہی دیر میں دوسرے لوگ اس سے اکتا جاتے ہیں۔ آپ میں یہ صلاحیت ہونی چاہیے کہ جس جگہ چار آدمی گفتگو کررہے ہیں وہاں آپ بھی ان کی گفتگو میں شریک ہوسکیں اگر آپ اس موضوع پر بول نہیں سکتے تو کم ازکم آپ دوسروں کی گفتگو میں دلچسپی لیتے رہیں اور بغور ان کی باتیں سنیں۔

آپ کا برتاؤ کیسا ہے؟

جس طرح آپ دوسروں سے اس بات کی امید کرتے ہیں کہ وہ آپ کا ادب و لحاظ کریں۔ ٹھیک اسی طرح دوسرے لوگ بھی آپ سے اس بات کی توقع رکھتے ہیں کہ آپ ان کو ان کا جائز مقام دیں۔ نرمی اور شگفتگی کے ساتھ گفتگو کریں۔ بڑوں کا ادب کریں اور چھوٹوں سے پیار اور محبت سے پیش آئیں۔ اگر چھوٹے کوئی غلطی کریں تو انہیں معاف کردیں اور اپنے والدین اور استادوں کی عزت کریں اور صنف نازک کی نازک مزاج طبیعت کا احترام کریں۔

کیا آپ دُوسروں کی ہمت افزائی کرتے ہیں؟

کیا آپ دوسروں کی ہمت افزائی کرنے میں پیش پیش رہتے ہیں؟ کیا آپ نہایت فراخ دلی سے دوسروں کی تعریف کرنے کے عادی ہیں؟ دوسرے جب آپ کا کوئی کام کردیتے ہیں تو کیا آپ ان کے ممنون ہوتے ہیں؟

دنیا میں لوگ اس بات کے متمنی رہتے ہیں کہ انہیں ان کے اچھے کاموں کی داد ملے۔ ان مواقع کو ذرا یاد کیجئے اور سوچیے کہ جب دوسروں نے آپ کی تعریف کی تھی تو آپ کو کیا محسوس ہوا تھا۔ ظاہر ہے کہ آپ کو بہت اچھا معلوم ہوا ہوگا اور یہ بھی ظاہر ہے کہ آپ ان کی تعریف کرنے والوں سے بھی خوش ہوئے ہوں گے۔

دنیا میں ہر شخص چاہتا ہے کہ اس کے بارے میں اچھے خیالات قائم کیے جائیں اس کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ آپ دوسروں کی ہمت افزائی کریں تو وہ بے حد خوش ہوکر آپ کے پاس سے اٹھتا ہے۔ آپ کی ہمت افزائی کی بدولت اس شخص کی زندگی میں ایک طرح کا انقلاب آجاتا ہے۔

یہ وہ چند باتیں ہیں جن پر عمل کرنے سے آپ اپنی شخصیت کو نکھار سکتے ہیں اور اسے دوسروں کیلئے دلکش اور پر کشش بنا سکتے ہیں۔

امام کی تلاوت اور جدید سائنس

گنٹھیا یا جوڑوں کے درد جس کا علاج نماز میں ممکن ہے جب ہم وضو کرنے کے بعد نماز کیلئے کھڑے ہوئے ہیں تو پہلے ہمارا جسم ڈھیلا ہوتا ہے لیکن جب نماز کی نیت کیلئے ہاتھ اٹھاتے ہیں تو قدرتی طور پر جسم میں تناؤ پیدا ہوجاتا ہے

امام جب تلاوت کرتا ہے اور مقتدی دھیان کے ساتھ اور توجہ کے ساتھ سنتے ہیں اور اس پڑھنے اور سننے کے عمل کے درمیان ایک خاص قسم کی لہریں پیدا ہوتی ہیں اور یہ لہریں دونوں کے درمیان انوارات منتقل کرتی ہیں اگر ان میں امام کی برقی قوت تیز اور زیادہ ہوتی ہے تو وہ مقتدیوں میں منتقل ہوتی ہے اور اگر برقی قوت مقتدیوں کی زیادہ قوی ہوتی ہے تو امام میں منتقل ہوتی ہے۔ ماہر روحانیات لیڈبیٹر لکھتا ہے کہ ”ہر لفظ ایک یونٹ ہے اس سے ایک تیز روشنی نکلتی ہے جو مثبت اور منفی ہوتی ہے۔“

قرآن سے نکلا ہوا لفظ مثبت ہوتا ہے اور مقتدیوں پر جب یہ مثبت اثرات یعنی لہریں پڑیں گی تو ان کے اندر بے شمار امراض ختم ہوں گے۔

تلاوت کلام الٰہی کا اثر پھیپھڑوں پر

ہر نماز میں چند آیات قرآن کی تلاوت ضروری ہے۔ جہری یعنی صبح فجر اور مغرب وعشاء کی نمازوں میں کچھ بلند آوازوں سے اور بقیہ ظہر اور عصر میں سری (آہستہ) زیر زبان کہ ہونٹ ہلیں اور خود ہی کے کان سن سکیں۔ اس طرح کی تلاوت کے احکام دیئے گئے ہیں۔

خون کے سرخ ذرات تحقیق کے مطابق غیر مرئی اثرات سے ٹوٹتے رہتے ہیں اور اس کے ٹوٹنے کے عوامل بڑھتے جائیں تو پھر بلڈ کینسر کے اثرات بڑھ جاتے ہیں اور نماز میں تلاوت کی لہریں اس مرض سے بہت محفوظ رکھتی ہیں۔ الا ماشاء اللہ۔

نماز میں قیام اور جدید سائنسی تحقیقات

جب نمازی نیت کر کے حالت نماز میں کھڑا ہوتا ہے تو جسم کا تمام وزن دونوں ٹانگوں پر پڑتا ہے۔ عام حالات میں ہم اس حالت کی زیادہ پابندی نہیں کرتے یا تو اکثر وقت بیٹھے یا لیٹے رہتے ہیں یا پھر چلتے پھرتے ہیں تو ان سب حالات میں ایسا موقع نہیں آتا کہ جسم کا سارا توازن سمٹ کر ٹانگوں پر آجائے۔ نماز کے دوران اس حالت میں رہنے سے جسم پر سکون طاری ہوجاتا ہے۔ ریڑھ کی ہڈی سیدھی ہوتی ہے لہٰذا عصبی نظام کو تقویت ملتی ہے۔ عام حالات میں جسم کا توازن ہم برقرار نہیں رکھتے لیکن حالت قیام میں یہ توازن ایک نقطہ پر مرتکز ہوجاتا ہے اس سے دل کو بہت قوت ملتی ہے اس کا دباؤ کنٹرول رہتا ہے۔ عصبی نظام کی بہتری سے دماغی صلاحیتوں کو جلا ملتی ہے یہ انداز کم از کم چالیس سیکنڈ تک ضرور برقرار رکھنا چاہیے۔

ہاتھ باندھتے وقت کہنی آگے کھینچنے والے اور کلائی کے آگے اور پیچھے کھینچنے والے عضلات حصہ لیتے ہیں بلکہ باقی جسم کے عضلات سیدھے کھڑے ہونے کی حالت میں اپنا نارمل کام ادا کرتے ہیں۔

اقامت میں ہاتھ باندھنے سے کہنی اور کلائی کے آگے پیچھے والے عضلات حصہ لیتے ہیں اور گردش خون تیز کرتے ہیں۔

گنٹھیا کا علاج قیام کے ذریعے

گنٹھیا یا جوڑوں کے دردوں کا علاج نماز میں ممکن ہے جب ہم وضو کرنے کے بعد نماز کیلئے کھڑے ہوئے ہیں تو پہلے ہمارا جسم ڈھیلا ہوتا ہے لیکن جب نماز کی نیت کیلئے ہاتھ اٹھاتے ہیں تو قدرتی طور پر جسم میں تناؤ پیدا ہوجاتا ہے اس حالت میں آدمی کے اوپر سے سفلی جذبات کا زور ٹوٹ جاتا ہے۔ سیدھے کھڑے ہونے میں ام الدماغ سے روشنیاں چل کر ریڑھ کی ہڈی سے ہوتی ہوئی پورے اعصاب میں پھیل جاتی ہیں۔ یہ بات سب جانتے ہیں کہ جسمانی صحت کیلئے ریڑھ کی ہڈی کو ایک ممتاز مقام حاصل ہے اور عمدہ صحت کا دارومدار ریڑھ کی ہڈی کی لچک پر ہے۔ نماز میں قیام کرنا گھٹنوں، ٹخنوں اور پیروں سے اوپر پنڈلیوں، پنجوں اور ہاتھ کے جوڑوں کو قوی کرتا ہے، گٹھیا کے درد کو ختم کرتا ہے لیکن شرط یہ ہے کہ جسم سیدھا رہے اور ٹانگوں میں خم واقع نہ ہو۔

مزید تفصیل کیلئے ادارہ عبقری کی شہرۂ آفاق کتاب ”سنت نبویؐ اور جدید سائنس“ ضرور پڑھیں۔

ایجنسی ہولڈر حضرات کی شکایات کا ازالہ

ایجنسی ہولڈر حضرات کو رسالہ، کتابیں یا ادویات ملنے میں پریشانی یا مشکلات ہوں یا اس کی بہتری کیلئے کوئی تجویز ہو تو اپنے فون نمبر کے ساتھ عبقری کے پتے پر تفصیلاً لکھیں۔ ازالہ کیا جائے گا۔ (ادارہ)

روحانی کیفیت

ایک بہن (پوشیدہ)

اللہ تعالیٰ کی اس خاص عنایت اور رحمت کے میں قابل نہ تھی اس وقت ممنونیت سے آنکھوں میں آنسو آجاتے ہیں

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! میرے بھائی کو نوکری کی سخت ضرورت تھی پہلے جس کمپنی میں وہ کام کرتا تھا وہاں سے چار ماہ سے تنخواہ نہیں ملی تھی اور نہ ہی وہاں اب کام تھا۔ میں نے آپ سے ملاقات کر کے اپنے بھائی کی جاب کیلئے کہا تھا اور آپ نے دعا بھی کی تھی۔ اسی ہفتے کو ایک موبائل کمپنی سے اسے فون آیا اور اتوار کو وہ کام پر چلا گیا۔ نئی نوکری میں اتنی تنخواہ نہیں ہے مگر اللہ تعالیٰ کا شکر ہے کہ مل گئی ہے آپ کی دعاؤں میں بہت تاثیر ہے۔

محترم حکیم صاحب تہجد کے وقت بعض اوقات مجھ پر بارش کے قطرے گرتے ہیں پہلے تو کبھی کبھار ہوتا تھا مگر اب چند دنوں سے یہ قطرے رات کو جس وقت میں اپنی چارپائی پر جا کر لیٹتی ہوں تو گرنے لگتے ہیں۔ حالانکہ ابھی رات کے گیارہ بھی نہیں بجے ہوتے۔ تہجد کے وقت جب آنکھ کھلتی ہے تو بھی ایسا محسوس ہوتا ہے جب کبھی رات میں آنکھ کھل جاتی ہے تو بھی......

اللہ تعالیٰ کی اس خاص عنایت اور رحمت کے میں قابل نہ تھی اس وقت ممنونیت سے آنکھوں میں آنسو آجاتے ہیں، کبھی کبھی یوں ہوتا ہے کہ ایک جگہ سے ستارہ اپنی جگہ چھوڑ کر چلنے لگتا ہے، کبھی تیز اور کبھی آہستہ آہستہ کچھ دور چلنے کے بعد غائب ہوجاتا ہے۔ مجھے یوں لگتا ہے جیسے ستارے میرے ساتھ آنکھ مچولی کھیل رہے ہیں۔ اس وقت مجھے بہت اچھا لگتا ہے کبھی آپ کی طرف دھیان چلا جاتا ہے کہ میں تو ایک ادنیٰ سی مرید ہوں آپ نے کیا کیا غیبی نظارے دیکھے ہوں گے اور اللہ تعالیٰ کی آپ پر کتنی رحمت ہوگی کیونکہ مجھ پر اللہ تعالیٰ کی یہ عنایت آپ کی وجہ سے ہی تو ہے خدا آپ کو مزید ترقی اور بلندی عطا فرمائے۔ آمین۔

بخار دور کرنے کیلئے دعا

جس شخص کو بخار چڑھتا ہو وہ یہ دعا کثرت سے پڑھے۔ انشاء اللہ اس کا بخار بہت جلد ختم ہوجائے گا۔

بِسْمِ اللّٰهِ الْكَبِيْرِ اَعُوْذُ بِاللّٰهِ الْعَظِيْمِ مِنْ شَرِّ كُلِّ عِرْقٍ نَعَّارٍ وَّمِنْ شَرِّ حَرِّ النَّارِ. (محمد فیضان، لاہور)

امن عالم اور عدم برداشت

فائزہ، نارووال

یہ ایک حقیقت ہے کہ عام طور پر عورتوں کے مقابلے میں مردوں کو جلد اور زیادہ غصہ آتا ہے‘ مردوں میں قوت برداشت کی کمی ہوتی ہے اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ وہ ایک بالکل معمولی سی بات پر گھر میں ایک قیامت برپا کردیتے ہیں

کیا آپ کو عام طور پر جلد غصہ آجاتا ہے؟ غصے اور برافروختگی کے عالم میں کیا آپ آپے سے باہر ہوجاتے ہیں؟ آپ کے دل کی دھڑکنیں تیز ہوجاتی ہیں؟ اور کیا اس طرح اپنے دل میں بھڑکتی ہوئی غم و غصہ کی آگ کی شعلہ فشانی آپ کیلئے مفید ہے؟

جدید نفسیات نے اس بارے میں مفید معلومات پیش کی ہیں:۔

پہلا سوال تو یہ پیدا ہوتا ہے کہ اگر آپ کو بہت کم غصہ آتا ہے اور آپ شاذ و نادر ہی کسی بات پر برہمی یا برافروختگی کا اظہار کرتے ہیں تو کیا یہ بات آپ کی متوازن شخصیت کی مظہر ہے؟ یہ بات یاد رکھیے کہ اشتعال انگیز حالات میں آپ کا برافروختہ یا ناراض ہوجانا بالکل فطری عمل ہے۔

ماہرین نفسیات نے بے شمار عورتوں اور مردوں پر تجربات کیے اور ایسے حالات پیدا کیے گئے جو آخری حد تک ناقابل برداشت تھے۔ متوازن مزاج اور طبیعتوں کے قریب قریب تمام لوگ غیرمتوازن طبائع کے افراد سے نسبتاً زیادہ برافروختہ ہوئے اور خوب خوب جھنجھلائے۔ ان تمام مشاہدات کا ایک اہم نتیجہ یہ حقیقت ہے کہ ذہنی طور پر غیرمتوازن افراد غم و غصہ کے جذبات سے تقریباً عاری ہی ہوتے ہیں جیسے ان میں یہ مادہ موجود ہی نہیں ہوتا اور اس کے برخلاف ایک متوازن طبیعت رکھنے والا انسان غصہ سے بہت جلد بھڑک اٹھتا ہے اگر کوئی آپ کے جذبات و احساسات کے آبگینوں کو ٹھیس پہنچائے اور آپ کو غصہ آجائے تو اس پر کسی قسم کی حیرت و تعجب کا اظہار کرنے کی ضرورت نہیں ہے اس چیز کو ماہرین نفسیات نے فطری ردعمل کا نام دیا ہے۔

اب ایک سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ جو لوگ چھوٹی چھوٹی اور بالکل معمولی معمولی باتوں پر آگ کی طرح بھڑک اٹھتے ہیں ان کے بارے میں کیا کہا جائے گا؟ ماہر نفسیات اس سلسلے میں یہ رائے رکھتے ہیں کہ ہر وہ انسان جو معمولی معمولی باتوں پر بھڑک اٹھتا ہے وہ درحقیقت اعصابی امراض کا شکار رہتا ہے۔ ایک عام انسان صرف اسی وقت فروختہ ہوتا ہے یا طیش میں آتا ہے جب اس کے جذبات و احساسات پر کوئی چوٹ پڑے یا کہیں کوئی بات اس کے شخصی وقار کے منافی ہونے کے باعث اس کی توہین کا پہلو اختیار کرجائے لیکن یہ بات یاد رکھنی چاہیے کہ اس قسم کے انسان زود رنج نہیں ہوتے ان کو معمولی معمولی باتوں پر غصہ نہیں آیا کرتا۔

یہ صرف اعصابی طور پر کمزور لوگ ہی ہوتے ہیں جن میں برداشت کی قوت نہیں ہوتی اور وہ معمولی سی بات پر مشتعل ہوجاتے ہیں اور اپنے غصے سے نہ صرف اپنی بلکہ دوسروں کی زندگی کو بھی عذاب کردیتے ہیں۔ اس کے برعکس متوازن طبیعت کے انسان کو اگر غصہ آتا ہے تو اس کو پی جانے کی طاقت بھی ہوتی ہے ان میں ضبط اور صبر و تحمل کا مادہ ہوتا ہے اور دوسروں کی نسبت بہت زیادہ۔

یہ ایک حقیقت ہے کہ عام طور پر عورتوں کے مقابلے میں مردوں کو جلد اور زیادہ غصہ آتا ہے‘ مردوں میں قوت برداشت کی کمی ہوتی ہے اکثر دیکھنے میں آتا ہے کہ وہ ایک بالکل معمولی سی بات پر گھر میں ایک قیامت برپا کردیتے ہیں۔ گھبرا جانا اور کسی بھی بات پر پریشان ہونا ان کا معمول ہوتا ہے۔ یہ پریشانی اور گھبراہٹ ان کے غصے کو جنم دیتی ہے۔ اس کے برخلاف عورتیں نہ صرف قوت برداشت کی مالک ہوتی ہیں بلکہ وہ معمولی معمولی گھریلو باتوں کو نظرانداز بھی کردیتی ہیں۔

غصے کے معاملے میں جنس کے علاوہ پیشہ کا بھی بڑا گہرا تعلق ہے۔ ماہرین نفسیات نے اس سلسلے میں وسیع تجربات کیے ہیں۔ انہوں نے زندگی کے ہر شعبہ سے وابستہ ہزاروں افراد کا مطالعہ اور غصہ کی حالت میں ان کے ردعمل کا مشاہدہ کیا۔

ان تمام تجربات کے نتائج مظہر ہیں کہ ڈاکٹری‘ وکالت اور ایسے ہی دوسرے پیشوں سے وابستہ مردوں اور عورتوں کو بہت کم غصہ آتا ہے۔

زراعت پیشہ لوگ ان سے دوسرے نمبر پر آتے ہیں۔ تیسرا نمبر کاروباری اور ہنرمند لوگوں کا ہے جو اکثر غصے سے بھڑک اٹھتے ہیں سب سے زیادہ غصہ سے جلد پاگل ہوجانے والے لوگ دفتری کارکن اور محنت کش عوام ہیں جو ذرا ذرا سی بات پر بھڑک اٹھتے ہیں اس کا ایک سبب معاشی تنگی بھی ہوتا ہے۔

غصے کے سلسلے میں ایک دلچسپ بات یہ ہے کہ آپ کسی شخص کے چہرے سے اس کا اندازہ نہیں کرسکتے کہ وہ اس وقت غصے میں ہے یا نہیں؟ تجربات مظہر ہیں کہ کسی شخص کے چہرے سے یہ اندازہ کرنا کہ وہ اس وقت انتہائی غصہ کی حالت میں ہے تقریباً ناممکن ہے۔ ہزاروں طلباء کو ایسے لوگوں کی تصویریں دکھائی گئیں جو انتہائی اشتعال کے عالم میں لی گئی تھیں۔ صرف 2 فیصد طلباء یہ اندازہ لگاسکے کہ یہ تصویریں غصہ کی حالت کا اظہار کررہی ہیں۔ اکثر طلباء نے ان تصویروں کو دیکھ کر کہا کہ یہ لوگ خوشی و مسرت کا اظہار کررہے ہیں کچھ کے خیال میں وہ کسی گہری سوچ میں ڈوبے ہوئے تھے۔

کیا یہ بات درست ہے کہ غصہ آجائے تو دوسروں پر برس پڑنے سے غصہ کم ہوجاتا ہے اور دل کا غبار نکلنے کے بعد طبیعت ہلکی سی ہوجاتی ہے۔ ماہرین نفسیات کے مطابق صرف دس فیصد حالتوں میں ایسا ممکن ہوسکتا ہے۔ ورنہ بالعموم اس کے بعد جھنجھلاہٹ‘ ندامت اور تھکن کا احساس سوار ہوجاتا ہے اور دل کا غبار نکل جانے کے باوجود طبیعت مکدر ہی رہتی ہے۔

اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ انتہائی اشتعال کی صورت میں بھی آپ اپنا غصہ کسی پر نہیں اتار سکتے۔ مثلاً اگر آپ ملازم ہیں اور آپ کے افسر نے آپ کو ڈانٹا اور آپ کو ذلیل کرنے کی کوشش کی پھر بھی آپ اسے اپنی نوکری کے خوف سے کوئی جواب نہیں دے سکتے۔

اسی طرح اگر آپ کے والد یا کوئی بزرگ سرزنش کریں تو آپ کو غصہ آنے کے باوجود خاموش رہنا پڑے گا۔ غصہ کو پینا آپ کی ذہنی صحت کیلئے مضر ہے لیکن اس کا یہ مطلب نہیں کہ آپ اپنے افسر یا بزرگوں کے مقابلے پر اتر آئیں۔ بہتر ہے کہ آپ اپنے کسی دوست یا بہی خواہ سے یہ واقعہ بیان کردیں‘ اس طرح آپ کے دل کا بوجھ کم ہوجائے گا۔

عبقری ادویات سے نقصان

عبقری دواخانہ کی ادویات نہایت احتیاط سے تیار کی جاتی ہیں۔ اگر کسی کو اس سے نقصان یا علامات میں کمی بیشی ہو یا فائدہ نہ ہو تو یہ اس دوا کا نقص نہیں ہے بلکہ طریقہ استعمال اور مواقع استعمال کا فرق ہے کیونکہ ہزاروں میں سے کسی ایک کو نقصان ہونا یا فائدہ نہ ہونا دوا کا نقص نہیں بلکہ طبیعتوں کا فرق ہوتا ہے۔ لہٰذا اس شکل میں کسی قسم کا کوئی کلیم قابل قبول نہیں ہوگا۔ حسب طبیعت مقدار کم یا زیادہ کرلیں۔ (ادارہ)

جب تک سانس، تب تک آس

ایک حدیث پاک میں آیا ہے کہ: ''جب تک تمہارے سر ہلنے کی طاقت رکھتے ہیں اور تمہارے بدن میں جان باقی ہے اپنے رزق مایوس نہ ہو، بے شک انسان ماں کے پیٹ سے ایک ننھا کمزور وجود لے کر آتا ہے پھر خدا اسے رزق دیتا رہتا ہے

خدا کی عطا پر راضی رہو

رزق خدا دیتا ہے اور صرف اسی کو دیتا ہے جو اس کی عطا پر راضی رہے واضح بات ہے کہ جس نے آپ کو بہت کچھ دے رکھا ہے وہ مزید اسی صورت میں دے گا جب آپ اسی کے پہلے دیئے ہوئے پر راضی ہوں جو کچھ پہلے سے ملا ہوا ہے اگر آپ اس پر خوش نہیں تو اور کیوں دیا جائے پس یہ بات یاد رکھیے جو کچھ خدا نے دیا ہوا ہے اس پر راضی رہنے میں برکت ہی برکت ہے۔ حضور سرور کائنات صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کا ارشاد گرامی ہے: ''اللہ تعالیٰ نے بندے کو جو کچھ دیا ہوا ہے اس میں آزماتا ہے اگر بندہ خدا کے دیئے ہوئے پر راضی رہے تو اسے برکت دیتا ہے اور اس کا رزق بڑھا دیتا ہے۔'' **(مسند احمد دیلمی)**

جب تک سانس، تب تک آس

ایک حدیث پاک میں آیا ہے کہ: ''جب تک تمہارے سر ہلنے کی طاقت رکھتے ہیں اور تمہارے بدن میں جان باقی ہے اپنے رزق سے مایوس نہ ہو، بے شک انسان ماں کے پیٹ سے ایک ننھا کمزور وجود لے کر آتا ہے پھر خدا اسے رزق دیتا رہتا ہے اور وہ توانا آدمی بن جاتا ہے۔ **(مسند احمد صحیح ابن حبان)**

اور ایک حدیث پاک پڑھیے: اگر ابن آدم رزق سے جان چھڑا کر اس طرح بھاگے جس طرح موت سے بھاگتا ہے تب بھی اس کے مقدر کا رزق اس تک پہنچ جائے گا جس طرح موت اس تک پہنچ جاتی ہے۔ **(ابو نعیم، کنز العمال)**

کل کا رزق خدا کل دے گا

حضرت علی المرتضیٰ کرم اللہ وجہہ نے معاشی پریشانی کی تلخی کم کرنے اور ان کے منفی اثرات سے محفوظ رہنے کیلئے ہمیں ایک گُر بتایا ہے ایسا گُر جسے ہم اچھی طرح سمجھ کر اپنالیں تو نہ صرف ہماری بہت سی الجھنیں اور پریشانیاں ختم ہو جائیں گی بلکہ زندگی بہت آسان گزرے گی آپ نے فرمایا: ''اے بندے تو اپنے ذہن اور دل پر ایسے دنوں کے رزق کا فکر و غم مسلط نہ کر جو ابھی آئے نہیں بلکہ پردۂ مستقبل میں ہیں تو اپنے آج کے دن کو آنے والے کل کیلئے رزق کی پریشانی میں ضائع نہ کر اپنے حال کو مستقبل کی بھینٹ نہ چڑھا بس اتنی بات یاد رکھ کہ آنے والے جو دن تیری زندگی کے نصیب میں لکھے ہیں ان دنوں کیلئے خدا نے تیری ہر ضرورت اور خوشی کا سامان بھی رکھا ہے جب وہ دن آئیں گے تو اپنے ساتھ تیری ضرورتوں کا سامان اور تیرے مسائل کا حل بھی لے کر آئیں گے تیرا آنے والا کوئی دن تیرے رزق اور راحت کے بغیر نہیں آئے گا اور یہ بھی اچھی طرح جان لے کہ تو اپنی عمر کی بھاگ دوڑ میں جتنا کچھ بھی کمائے گا اس میں سے تیرا حصہ صرف وہی ہوگا جو تو کھالے پہن لے یا برت لے باقی جو کچھ بھی تو سمیٹے گا اس میں تیری حیثیت صرف ایک جمع کرنے، ذخیرہ کرنے اور سنبھالنے والی کی ہوگی اپنے لیے نہیں دوسروں کیلئے پھر اے بندے! ذرا سوچ کر یہ تو بتا تو اپنے آج کو چھوڑ کر دوسروں کے کل کی خاطر اپنے آپ کو اتنا ہلکان کیوں کر رہا ہے؟ اتنی پریشانی میں آخر کس لیے خود کو مبتلا کیے بیٹھا ہے۔''

کبھی اکٹھا رزق بھی ملتا ہے

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہٗ سے روایت ہے کہ حضور سید عالم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے ارشاد فرمایا: ''ایک آدمی کو اللہ تعالیٰ دس دن کا رزق اکٹھا دے دیتا ہے اب اگر وہ میانہ روی سے خرچ کرے تو پورے دس دن خوشحالی میں گزرتے ہیں لیکن اگر وہ فضول خرچی سے اپنا رزق جلدی ختم کرلے تو باقی دن معاشی تنگی میں گزارتا ہے۔''

جلد بازی سے کچھ ملتا ہے نہ تاخیر بچاتی ہے

ایک حدیث پاک میں آیا ہے کہ: ''کسی چیز کو حاصل کرنے کیلئے اس وجہ سے جلدی نہ کرو کہ تمہیں گمان ہے کہ جلدی کرنے سے اس کو پالو گے خواہ وہ تمہاری قسمت میں نہ بھی لکھی ہو یاد رکھو! ایسا نہیں ہوسکتا اسی طرح کسی نقصان سے بچنے کیلئے معمولات میں تاخیر نہ کرو اس خیال سے کہ یہ تاخیر تمہیں آنے والی تکلیف سے بچالے گی خواہ وہ تکلیف تمہارے نصیب میں لکھی ہوئی ہو۔ یاد رکھو! تقدیر کا لکھا ہو کر رہے گا۔'' **(طبرانی، کنز العمال)**

دار چینی سے قوت باہ میں زبردست اضافہ

دار چینی کو خوب اچھی طرح باریک پیس کر رکھ لیں، دو دو ماشہ صبح و شام نیم گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں باہ کی تقویت اور دودھ ہضم کرنے کیلئے بہترین اور سادہ نسخہ ہے۔ **(عادل، لاہور)**

صرف دو خشک کھجوریں

ضیاء حسین، جھنگ صدر

باندی کے مالک نے کہا کہ آپ بتاؤ کتنے میں خریدنا چاہتے ہیں؟ کہنے لگے میں تو چند خشک کھجوروں کے بدلے خرید لوں گا

مالک بن دینار رحمۃ اللہ علیہ جارہے تھے کہ ایک باندی کو دیکھا، بڑی خوبصورت، ٹہلتی ہوئی چل رہی ہے، چند غلام بھی ساتھ ہیں ان کے دل میں خیال آیا کہ تھوڑا اس کو سبق سکھائیں وہ قریب ہوئے اور کہنے لگے اے باندی! تجھے تیرا مالک بیچتا ہے؟ وہ ہنسی کہ دیکھو مجھے دیکھ کر بوڑھے بھی جون ہوگئے۔ کیوں جی! آپ کیوں پوچھ رہے ہیں؟ کہنے لگے میں تمہیں خریدنا چاہتا ہوں، کہنی لگی: اچھا چلو میرے ساتھ وہ اپنے غلاموں کو کہنے لگی: اس بوڑھے کو ساتھ لے کر چلو ہم جاکر اپنے مالک کو بتائیں گے کہ دیکھو میری شکل دیکھ کر ایسے بوڑھے بھی میرے خریداروں میں شامل ہوجاتے ہیں، ذرا مذاق رہے گا۔ مالک بن دینار رحمۃ اللہ علیہ بھی پیچھے ساتھ ساتھ چلتے رہے حتیٰ کہ اس کے مالک تک پہنچ گئے۔ باندی نے بڑا ہنس ہنس کر نازنخرے سے اپنے مالک سے کہا کہ آپ بتاؤ یہ بڈھا مجھے خریدنا چاہتا ہے۔ اس کا مالک بڑا ہنسا اور ہنستے ہوئے کہنے لگا کیوں بڑے میاں! خریدنا چاہتے ہو؟ مالک بن دینار رحمۃ اللہ علیہ نے فرمایا جی خریدنا تو چاہتا ہوں۔ باندی کے مالک نے کہا کہ آپ بتاؤ کتنے میں خریدنا چاہتے ہیں؟ کہنے لگے میں تو چند خشک کھجوروں کے بدلے خرید لوں گا۔ باندی کا مالک بڑا حیران ہوا کہ ایسی رشک قمر پری چہرہ باندی اور یہ کہہ رہے کہ میں چند خشک کھجوروں کے بدلے خریدوں گا۔ انہوں نے کہا کیوں بھئی! اتنی تھوڑی قیمت کیوں؟ کہنے لگے اصل میں اس میں عیب بہت زیادہ ہیں۔ وہ بڑا حیران ہوا کہنے لگا بھئی کون سے عیب ہیں۔ کہنے لگے کہ اس کا جو حسن ہے وہ عارضی ہے، تھوڑے دنوں کے بعد یہ بڑھیا ہوجائے گی، شکل دیکھنے کو دل نہیں کرے گا اور دوسری بات یہ کہ چند دن نہ نہائے تو بدن سے پسینے کی بو آنے لگ جائے گی، اس کے سر میں جوئیں پڑ جائیں گی، نزلہ و زکام کی وجہ سے ناک بہتی ہے، پیشاب پاخانہ روز اس کا نکلتا ہے اور پھر اس سے بڑی بات یہ کہ مطلب پرست ہے اب تو آپ کے پاس ہے آپ ذرا آنکھ بند کریں گے تو یہ کسی اور کی بن جائے گی تو ایسی بے وفا اور ایسی فنا ہونے والی چیز کی میں تو اتنی ہی قیمت دے سکتا ہوں اس سے زیادہ نہیں دے سکتا۔ باندی کے مالک نے (باقی صفحہ نمبر 46 پر)

کالے جادو سے تڑپتے سسکتے انوکھے خط اور شافی علاج | روحانی بیماریوں کا روحانی علاج | کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں

بہت قلیل آمدنی ہے | اولاد کی تمنا | مناسب رشتہ نہیں ملتا | کیا ہمارے گھر آسیب ہے | ضدی شوہر

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن وسنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں۔ توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا، جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں صفحے کے ایک طرف لکھیں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں۔ خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں

بہت قلیل آمدنی ہے

ہم چھ بہن بھائی ہیں۔ ایک بھائی اور ایک بہن کی شادی ہو چکی ہے۔ بڑے بھائی جن کی دو بیٹیاں ہیں' بیروزگار ہیں۔ والدین سے بھی الجھتے رہتے ہیں۔ بھابی کا مزاج بھی سخت ہے۔ ہمارے گھر کے مالی حالات بھی خراب ہیں۔ والد اور بھائی کے کام ایسے ہیں کہ جن سے نہایت قلیل آمدنی ہوتی ہے۔ معاشی تنگی کی وجہ سے ہم بہنوں کی تعلیم پر بھی برا اثر پڑ رہا ہے۔ **(رخسانہ کوثر' راولپنڈی)**

جواب: آپ کے گھر کا کوئی بھی فرد روزانہ نماز عشاء کے بعد ایک بار سورۂ ص پڑھ کر بارگاہ الٰہی میں دعا کیا کرے۔ یہ عمل چالیس دن تک جاری رکھیں۔

اولاد کی تمنا

شادی کو تین سال ہو چکے ہیں لیکن اولاد کی تمنا پوری نہیں ہوئی ہے دو مرتبہ امید پیدا ہوئی لیکن بار آور نہ ہو سکی۔

(شبانہ' ملتان)

جواب: نماز فجر کے بعد سورۂ یٰسین چالیس روز پڑھ کر دعا کریں اور نماز عشاء کے بعد سورۂ مریم نوے دنوں تک پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اولاد کی نعمت کا سوال کیا کریں۔ ظاہری اسباب کی تکمیل کا خانہ بھی پورا کریں یعنی جسمانی اور طبی معائنہ کرائیں اور علاج بھی کرائیں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ جلد اپنا فضل و کرم فرمائیں۔

مناسب رشتہ نہیں ملتا

میری عمر تیس سال سے اوپر ہوگئی ہے۔ ملازمت پیشہ ہوں۔ میری شادی کی کئی سالوں سے بات چل رہی ہے لیکن کوئی فیصلہ نہیں ہوتا۔ کوئی مناسب رشتہ نہیں مل رہا ہے کبھی تو یوں محسوس ہوتا ہے کہ رشتہ ہوگا بھی یا نہیں۔

(محمد یوسف' لالہ موسیٰ)

جواب: نصف رات کے بعد دو رکعت نفل پڑھ کر اول آخر گیارہ گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ایک بار سورۂ فاتحہ اور تین بار سورۂ اخلاص پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے اچھے رشتے کیلئے دعا کیا کریں۔ دعا کو پوری یکسوئی کے ساتھ کئی بار دہرائیں۔ یہ عمل تین ہفتے کیا جائے۔

غصہ بہت ہے

میرے بھائیوں اور والد میں غصہ بہت ہے۔ بھائی ذرا سی بات پر ایک دوسرے سے الجھ پڑتے ہیں۔ ہر شخص اپنی بات پر زور دیتا ہے۔ **(عائشہ' پشاور)**

جواب: نماز فجر کے بعد سورۂ رحمٰن مناسب بلند آواز سے پڑھا کریں اور پھر گھر کے افراد جس جگہ سے پانی پیتے ہیں اس پر دم کر دیا کریں۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ اپنا فضل و کرم فرمائیں۔

کیا ہمارے گھر آسیب ہے؟

ہمیں رات کے وقت یوں محسوس ہوتا ہے کہ کوئی دوسرے کمرے میں چل رہا ہے یا پھر لوگوں کو یوں لگتا ہے کہ کوئی برآمدے میں سے گزر کر گیا ہے۔ یہ بات میں نے نہیں گھر کے چند افراد نے محسوس کی ہے۔ بعض لوگ اسے شک و وہم قرار دیتے ہیں لیکن بہت سے لوگ اسے آسیب بتاتے ہیں۔ ہم ڈرتے ہیں کہ کوئی نقصان نہ ہو جائے۔ **(عالیہ' لاہور)**

جواب: نقصان ڈر خوف سے ہوتا ہے' ڈرنے کی ضرورت نہیں ہے گھر کے سب افراد نماز کی پابندی کریں اور صبح شام پانی پر سورۂ فلق دم کر کے پی لیا کریں۔ لوبان کے ٹکڑوں پر اکیس بار سورۂ فلق دم کر کے محفوظ کر لیں اور روزانہ شام کے وقت چند ٹکڑے جلا کر اس کا دھواں پورے گھر میں پھیلا دیں۔ یہ عمل ایک ہفتے تک کیا جائے۔ روزانہ تلاوت قرآن پاک کر کے اس کا ترجمہ بھی بغور پڑھا کریں۔ انشاء اللہ گھر پر قائم ہر قسم کے اثرات کا خاتمہ ہو جائے گا۔

خود اعتمادی کی کمی

میں کالج کی طالبہ ہوں۔ میرے اندر خود اعتمادی کی شدید کمی ہے۔ کسی سے نظریں ملا کر بات نہیں کر سکتی۔ اپنی بات بیان کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ **(سویرا' لاہور)**

جواب: اسم ذات اللہ خوش خط کاغذ پر لکھوا کر صبح شام رات دس منٹ تک پوری توجہ سے دیکھا کریں۔ رات سوتے وقت آنکھیں بند کر کے دل ہی دل میں خود کو مخاطب کر کے یہ الفاظ دہرائیں۔ میں نے اپنی کمزوری پر قابو پا لیا مجھے بات کرتے ہوئے ذرا مشکل نہیں ہوتی۔ اس طرح خود کو ترغیب دیتے ہوئے سو جائیں۔ انشاء اللہ جلد فائدہ حاصل ہوگا۔

بات بات پر شک

مجھے بات بات پر شک ہوتا ہے نماز ادا کرتے ہوئے تعداد رکعات پر اور وضو کے ارکان پر بھی شک ہونے لگتا ہے کہ درست طور پر پورے کیے یا نہیں۔ صحیح بات پر بھی غلط ہونے کا شک ہونے لگتا ہے بار بار کسی کام کو پورا کر کے بھی اطمینان نہیں ہوتا۔ ذہن شدید کشمکش کا شکار ہو جاتا ہے۔ ذہن میں مختلف خیالات گردش کرنے لگتے ہیں۔ **(شبانہ' میرپور)**

جواب: رات سونے سے پہلے اندھیرے میں بیٹھ کر سورۂ عنکبوت کی آیت نمبر 20 تین بار پڑھنے کے بعد دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیں۔ نماز فجر کے بعد چلتے پھرتے اسم ذات اللہ اللہ کا ورد دل ہی دل میں کیا کریں۔ دس منٹ تک۔ روزانہ کچھ دیر قرآن پاک کے ایک حصے کی تلاوت کر کے ترجمے کے ساتھ اس کے معانی پر غور کیا کریں۔ انشاء اللہ جلد شک پر مبنی خیالات کا زور ٹوٹ جائے گا۔

حالت پہلے جیسی نہیں

میں کچھ عرصہ قبل بیمار ہوگئی' ہسپتال میں داخل ہوئی بیماری کے بعد جسمانی حالت پہلے جیسی نہیں رہی۔ جسمانی طور پر نحیف و نزار ہوگئی ہوں۔ حافظہ کمزور ہوگیا ہے اور بال بھی کمزور ہوگئے ہیں۔ **(شائستہ' بہاولپور)**

جواب: بیماری کے مطابق اور جسمانی حالت کے پیش نظر مناسب غذا' ہلکی ورزش پر توجہ دیں۔ طبیب کے مشورے سے غذا کا خیال رکھیں۔ روزانہ عمدہ قسم کے چار چھوہاروں پر ایک بار سورۂ فاتحہ' گیارہ بار بسم اللہ شریف دم کر کے

کھالیا کریں۔ علی الصبح کھلی فضا میں آہستگی سے گہری سانس لے کر نکالا کریں دس منٹ تک۔ انشاء اللہ ہر قسم کے فوائد حاصل ہونگے۔

ضدی شوہر

میرے شوہر کے اندر ضد اور حاکمانہ رویہ زیادہ ہے۔ وہ میری یا گھر والوں کی بات نہیں سنتے۔ اپنی بات پر بضد رہنے کی عادت سے وہ کئی بار نقصان بھی اٹھا چکے ہیں۔ افسوس بھی کرتے ہیں لیکن پھر وہی روش اپنا لیتے ہیں۔ **(افروز، لاہور)**

جواب: رات کو جب شوہر سو جائیں تو ایک بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر گردن کے پیچھے یا سر پر دم کر دیا کریں۔ کم از کم چار ماہ تک یہ عمل جاری رکھیں اور جن دنوں کسی مجبوری کی وجہ سے یہ عمل نہ کر سکیں بعد میں پورے کر لیں۔

بنتے کام بگڑ جاتے ہیں

میرے بہت سے کام بنتے بنتے بگڑ جاتے ہیں۔ یوں لگتا ہے کہ قسمت مجھ سے ناراض ہوگئی ہے۔ مجھے کوئی دعا بتائیں کہ میرا مسئلہ حل ہو جائے۔ **(ابراہیم خان، کراچی)**

جواب: تمام حالات کا جائزہ لیں اور اللہ پر یقین توکل کو بڑھائیں۔ نماز کی پابندی کریں۔ ہر نماز کے بعد استغفار پڑھیں اور پھر سورۂ شوریٰ کی آیت نمبر 19 گیارہ بار پڑھ کر اللہ سے دعا کیا کریں۔ جس قدر بھی استطاعت حاصل ہو اس کے مطابق ضرورت مند افراد کی مالی امداد کیا کریں۔

اندر سے ناخوش ہیں

میرا گھرانہ کافی عرصے سے مصائب کا شکار ہے' شوہر بیروزگار ہیں جو کام شروع کرتے ہیں اس میں نقصان ہوتا ہے حالات کی خرابی کی وجہ سے بیٹا بھی بدتمیزی اور بداخلاقی کرنے لگا ہے۔ نماز' روزہ' حلال روزی کا حصول اور ایمان داری سب موجود ہے باہر سے ہم بڑے خوش لگتے ہیں لیکن اندر سے ناخوش ہیں۔ **(ذکیہ، نارووال)**

جواب: رات کے وقت پانچ مرتبہ درود شریف' چار مرتبہ استغفار اور پانچ مرتبہ سورۂ آل عمران کی پہلی دو آیات پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے حالات کی بہتری کی دعا کیا کریں۔ یہ عمل کم از کم تین ماہ جاری رکھیں۔

شوہر مشوروں پر عمل نہیں کرتے

میرے شوہر انتہائی غیر ذمہ دار قسم کے انسان ہیں۔ سرکاری ملازمت سے ریٹائرمنٹ کے بعد جو رقم انہیں ملی وہ سب انہوں نے کسی کے کہنے پر کاروبار میں لگا دی۔ کاروباری توجہ نہ ہونے اور مطلبی دوستوں کی غلط رہنمائی کے باعث نقصان ہوا یہاں تک کہ اپنا گھر بھی بیچنا پڑا اب پھر روزگار کیلئے کوششیں کر رہے ہیں لیکن میرے یا دوسرے مخلص رشتہ داروں کے مشوروں پر عمل نہیں کرتے اور اکثر مجھ سے الجھ پڑتے ہیں۔ **(شمسہ، اسلام آباد)**

جواب: نماز عشاء کے بعد سات بار سورۂ فاتحہ پڑھ کر شوہر کے رویے میں بہتری کی دعا کریں۔ سورۂ کوثر ایک بار پڑھ کر رات کے وقت اس تکیے پر دم کر دیں جو شوہر سونے کیلئے استعمال کرتے ہیں۔ اس تکیے کو کوئی دوسرا فرد استعمال نہ کرے۔ آپ خود نماز فجر کے بعد اول وآخر درود شریف کے ساتھ تین بار آیۃ الکرسی پڑھ کر دعا کیا کریں۔ ان وظائف پر نوے دنوں تک عمل کیا جائے۔

کمزور یادداشت

میری یادداشت بہت کمزور ہے۔ اس کی وجہ سے میری تعلیم پر برے اثرات مرتب ہو رہے ہیں۔ امتحان کے دوران میں سب کچھ اس طرح بھول جاتا ہوں جیسے کبھی کچھ یاد ہی نہ کیا ہو۔ حالانکہ میں سال کے پہلے دن سے تیاری کر رہا ہوتا ہوں۔ یہی حالت رہی تو شاید میرا کیریئر تباہ ہو جائے۔ دماغی کمزوری اتنی زیادہ ہے کہ معمول کے کاموں میں بھی دشواری کا سامنا ہے۔ ہر چیز بھول جاتا ہوں۔ **(سکندر علی، گجرات)**

جواب: تعلیم سے دل اچاٹ ہو جانے' دماغی کمزوری اور فہم وفراست میں کمی دور کرنے کیلئے صبح و شام سورۂ یٰسین کی ابتدائی چار آیات اول آخر درود شریف پڑھ کر ایک چائے کا چمچہ شہد پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر دم کر لیا کریں۔ علی الصبح افق پر نمودار ہونے والی سورج کی ہلکی روشنی کو دس منٹ تک دیکھتے ہوئے درمیان میں سات بار سورۂ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ چالیس روز تک۔

شرارت کا مادہ

میرا بیٹا بہت شرارتی ہے وہ اپنی حرکتوں سے لوگوں کو پریشان کر دیتا ہے۔ دوسرے بچوں کو بھی اپنے ساتھ شامل کر لیتا ہے۔ کھیل کود اور مختلف سرگرمیوں میں اس کی توجہ زیادہ رہتی ہے۔ تعلیم میں زیادہ دلچسپی نہیں ہے۔ چاہتی ہوں کہ اس کے اندر شرارت کا مادہ کم ہو جائے اور وہ پڑھائی پر بھی توجہ دے۔ **(کرن خان، راولپنڈی)**

جواب: رات کو جب بچہ گہری نیند سو جائے تو سرہانے کھڑے ہو کر ایک بار سورۂ مریم کی پہلی آیت (جو حروف مقطعات میں سے ایک ہے) واضح طور پر مناسب بلند آواز سے ایک بار پڑھ دیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس دن کیا جائے۔ بچے کی سرگرمیوں اور قوت عمل کو مناسب طریقے سے مثبت باتوں میں لگائیں اور استعمال کریں۔ ڈانٹ ڈپٹ اور جبر سے کام نہ لیں تاکہ اس کی شخصیت پر منفی اثرات مرتب نہ ہوں۔

نکسیر کیلئے مجرب عمل

نکسیر خواہ کتنی ہی پرانی ہو' بازار سے دس روپے کی سرد چینی لیں اس کی نشانی یہ ہے کہ اصلی سرد چینی کالی مرچ جیسی اور ساتھ ڈنڈی ہوگی نقلی کے ساتھ ڈنڈی نہیں ہوتی دیکھ کر لیں اسے باریک پیس لیں ایک چھوٹا چمچ ایک گلاس دودھ میں ڈال کر مکس کر کے فریج میں رکھیں صبح خالی پیٹ استعمال کریں۔ تین دن ایسا کریں۔ انشاء اللہ دوبارہ ساری زندگی نکسیر نہیں آئے گی۔ **(ڈاکٹر شمیم اصغر، شرقپور)**

ذکیہ اقتدار، بہاولنگر

درخت......یا معالج ضرور پڑھیں

چھوٹے بچوں کو روزانہ ایک فیڈر یہ چھال کا پانی پلا دیجئے ہڈیاں مضبوط، قد لمبا ہوگا، نزلہ کھانسی نہیں ہوگی۔ بے شمار بیماریوں سے محفوظ رہے گا۔ نہ تو قبض ہوگی اور نہ اسہال، دانت بہت جلدی اور سکون سے نکالے گا تکلیف نہیں ہوگی بے چینی نہیں ہوگی

ایک دن میں اپنی مخصوص جگہ پر جا کر کچھ لکھنے بیٹھی تو فون کی گھنٹی بجی فون پر میری سہیلی کی بیٹی نے بتایا کہ اس کی ماں بیمار ہیں دعا کی درخواست ہے۔ یہ سنا تو خود ہی سہیلی کے گھر روانہ ہوگئی جونہی ان کے گھر میں داخل ہوئی ایسا ہولناک منظر دیکھا، لگتا تھا میری حرکت قلب بند ہو جائیگی۔ ایک خاون مسواک سے واش بیسن صاف کر رہی تھی جو کہ بے حد گندا تھا میں نے خاتون کے ہاتھ سے مسواک چھین لی اور قریب پڑی چارپائی پر بیٹھ گئی اور اشارے سے پانی مانگا۔ خاتون میری ایسی کیفیت دیکھ کر گھبرا گئیں کیونکہ میری آنکھوں سے آنسو رواں تھے۔ میں نے جلدی سے مسواک کو آنکھوں سے لگایا اور نبی پاک صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم پر درود بھیجا۔ پھر کچھ طبیعت سنبھلی۔ پھر اس خاتون سے گویا ہوئی یہ ہمارے نبی کریم ﷺ کی سنت ہے آپ اس کی اس قدر بے حرمتی کر رہی ہیں پھر اس کی بے حرمتی کے چند واقعات اس کو سنائے۔ وہ خاتون بے حد پریشان ہوئیں ان سے کہا مسواک کی بے حرمتی کا کفارہ ادا کریں اور استغفار کریں۔

کیکر کی مسواک کیا کریں اس کا لوس دانتوں کی تمام بیماریوں کو ختم کرتا ہے۔ مسواک کو چبا کر اس کا برش بناتے ہیں تو دانت بہت مضبوط ہوتے ہیں۔

کیکر کی پھلیاں اگر خالص طریقے سے استعمال کی جائیں تو بالوں کی سیاہی کا باعث ہیں۔ اس کی پھلیوں کا اچار لاتعداد بیماریوں کو جڑ سے ختم کرتا ہے۔

اس کی چھال کو لیں رات کو بھگو دیں ایک کلو چھال دو کلو پانی۔ صبح کو چولہے پر پکنے رکھ دیں ڈیڑھ کلو پانی رہ جائے تو چولہے سے پتیلا اتار لیں، چھال کو ٹھنڈا ہونے دیں اب پانی چھان کر نکال لیں اور چھال پھینک دیں۔ پانی کو روزانہ ایک گلاس پی لیں۔ ہڈیاں مضبوط ہوتی ہیں، سر درد نہیں ہوگا۔ چھال کا پانی موٹاپا کم کرتا ہے۔ جسم کے درد کو جڑ سے اکھاڑ دیتا ہے۔ گیس ختم ہو جاتی ہے۔

نزلہ ہو، مسلسل ناک بہتا ہو تو کیکر کی چھال ایک پاؤ لے لیں اس کو آدھا کلو پانی میں پکائیں۔ جب ایک پاؤ پانی رہ جائے تو چھال پھینک کر پانی میں دودھ ڈالیں اس کی چائے بن جائے گی چینی ڈالیں اور اسی چائے کو پی لیں، نزلہ ختم ہو جاتا ہے۔ میرے والد طویل عرصہ تک یہی چائے پیتے رہے جونہی دوسری چائے پیتے نزلہ پھر شروع ہو جاتا۔

چھوٹے بچوں کو روزانہ ایک فیڈر یہ چھال کا پانی پلا دیجئے ہڈیاں مضبوط، قد لمبا ہوگا، نزلہ کھانسی نہیں ہوگی۔ بے شمار بیماریوں سے محفوظ رہے گا۔ نہ تو قبض ہوگی اور نہ اسہال، دانت بہت جلدی اور سکون سے نکالے گا تکلیف نہیں ہوگی بے چینی نہیں ہوگی۔ سردی کے موسم میں چھال کا نیم گرم پانی پلائیں اور گرمیوں میں فریج میں رکھ دیا کریں۔ چینی ڈال کر پلائیں۔

بچہ جب بڑا ہو جائے تو اسے کیکر کی مسواک کروایئے۔ دانت بہت مضبوط اور خوبصورت ہوں گے دانتوں کی ہر بیماری سے محفوظ رہیں گے۔

خواتین اور بچیاں چھال کے پانی کو مخصوص ایام سے چار روز قبل پینا شروع کریں اور نماز جب شروع کریں تو چھوڑ دیں۔ کسی قسم کی تکلیف نہیں ہوگی۔

وہ خواتین جو حاملہ ہیں کیکر کی چھال والا پانی نو ماہ تک استعمال کریں تو پیدائش میں بے حد آسانی ہوگی، بچے کی پیدائش کے بعد بھی چھال کے پانی کو مستقل خوراک کے ساتھ استعمال کریں حلوہ کھائیں تو چھال کے پانی کو استعمال کریں، چھوٹے بچوں کو انگلی سے ہی چھال کا پانی چٹا دیں۔ اس پانی سے موٹاپا نہیں آئے گا، بچہ ٹھیک رہے گا، دیسی کیکر کو دیکھا کریں موقع ملے تو اس کی چھاؤں میں کھڑی ہو جایا کریں۔ بھروسے سے عمل کریں اللہ کی قدرت پر غور کیا کریں۔

کیکر پر جو پیلے پھول لگتے ہیں یہ بے حد کارآمد ہوتے ہیں۔ اکثر لوگ باوضو رہتے ہیں ان کی پاؤں کی انگلیوں میں انفیکشن ہو جاتا ہے جن انگلیوں میں انفیکشن ہو ان انگلیوں کے درمیان کیکر کا ایک پھول رکھیں۔ اس پھول میں یہ خاصیت ہے کہ انفیکشن ختم کر دیتا ہے۔ انگلی کے درمیان باریک سی سرخ رنگ کی پڑی آتی ہے اور وہ خود بخود اتر جاتی ہے۔ اگر کسی جگہ زخم ہو، پیپ پڑ گئی ہو ان پھولوں کو سکھا کر پیس کر نمک دانی میں بھر لیں پھر ان زخم پر چھڑک دیں۔ حیرت انگیز طور پر زخم ٹھیک ہو جائے گا۔ ان پھولوں کو کبھی ایسے کپڑے پر نہ رکھیں جو استعمال کرنا ہو۔ یاد رکھیں! جہاں بھی رکھیں گی یہ اپنا گہرے زرد رنگ کا نشان چھوڑ دیتا ہے اور وہ کبھی نہیں اترتا۔ اس لیے کپڑوں سے دور رکھیں۔ سال میں ایک بار پھول لگتے ہیں انہیں سٹور کیا جا سکتا ہے۔ پورا سال استعمال کیجئے۔ سوکھا کے رکھ لیں، پھولوں کا سوکھا پاؤڈر ویسلین میں ملا کر پھٹی ایڑیوں میں لگائیں۔

ایک نسخہ خاص لکھ رہی ہوں یہ نسخہ بہت خواتین نے استعمال کیا، بے اولاد خواتین کو اللہ نے اولاد سے نوازا۔ انشاءاللہ شرطیہ اللہ کی طرف سے بیٹا ہوتا ہے۔

کیکر کی چھال دو کلو، پانی بھی دو کلو، دیگچی میں دونوں چیزیں ڈالیں اور پکنے کیلئے رکھ دیں، ڈیڑھ کلو پانی رہ جائے تو پانی ٹھنڈا ہونے پر چھان کر چھال پھینک دیں۔ پانی میں آدھا کلو گندم ڈال دیں اور اسے رات کو بھگو دیں۔ صبح کو پھر دیگچی چولہے پر رکھ دیں اتنا پکائیں کہ گندم میں پانی جذب ہو کر خشک ہو جائے۔ گندم کو دھوپ میں اچھی طرح سکھائیں۔ جب گندم سوکھ جائے تو اس کو ہاون دستے میں اتنا کوٹیں کہ یہ باریک آٹا ہو جائے پھر آٹے کو گھی میں بھون لیں۔ جب خوب بھن جائے تو اس میں شکر ملا لیں اور اس کو صبح کو نہار منہ ایک چمچ ڈونگے والا کھالیں۔ مستقل کھائیں۔ صبح کو حلوہ بنایئے، اسی طرح سے کیکر کی چھال کا پانی بنایئے، جتنا حلوہ کھا سکیں اتنا بنائیں، چھال کا پانی ڈالیں نہار منہ کھائیں اگر ایک مرتبہ حمل نہ ٹھہرے تو یہی نسخہ پھر استعمال کریں۔

ابھی تک جتنے افراد نے استعمال کیا ایک ہی بار میں خوشخبری ملی۔ ایک قریبی عزیز کے گیارہ سال بعد اس نسخے کے استعمال سے بیٹا ہوا۔ بھروسے سے استعمال کریں، نمازوں کی پابندی کریں۔ کیکر کی مسواک رکھنے کی بھی بے حد برکت ہے، راقمہ نے موٹر کے نیچے مسواک رکھی ہے جس سے موٹر کبھی جلتی نہیں، فریج میں ایک عدد مسواک رکھتی ہوں جس وجہ سے فریج میں برکت رہتی ہے۔ پانی کی ٹینکی میں مسواک رکھتی ہوں جس وجہ سے پانی کی ٹینکی کبھی خالی نہیں ہوئی، تکیہ کے اندر مسواک رکھیں نیند بہت اچھی آئے گی اور تھکن نہیں ہوگی بس نیت خالص رکھیں۔ جب بھی موقعہ ملتا ہے مسواک کو چومتی ہوں، آنکھوں سے لگاتی ہوں درود بھیجتی ہوں۔ جتنا ہو سکے مسواک کا احترام کریں اس سے محبت کریں۔

عینک توڑ مچھلی کا سوپ' آزمانے کے بعد

ایک قریبی مخلص عقیدت مند سید نصرت علی شاہ صاحب بے ساختہ بولے کہ میرے مشاہدے میں ایک ایسا سمندری اور فطری ٹوٹکہ ہے جس کی برکت سے اب تک بے شمار لوگوں کی عینک اتر چکی ہے' میں چونک پڑا

قارئین! آپ کیلئے قیمتی موتی چن کرلاتا ہوں اور چھپاتا نہیں' آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں (ایڈیٹر حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

کئی فطری زندگی سے دوری فاسٹ فوڈز زندگی کے قریب' چند لمحوں کا ذائقہ ساری زندگی کا روگ' مختلف بیماریوں' پریشانیوں اور زندگی کے حقیقی لطف سے محرومی کا ذریعہ بن جاتی ہے اب بھی جنگلوں ویرانوں اور بیابانوں میں رہنے والے کسی جوان اور بوڑھے کو عینک لگی نہیں دیکھی۔ جہاں فاسٹ فوڈ نہیں وہاں عینک اور بیماریاں نہیں وہاں صحت اور تندرستی کا حسین امتزاج ہے۔ پچھلے دنوں دوران سفر حسب عادت اور حسب طبیعت اپنے ہمسفر احباب سے سوال کیا کہ کوئی طبی یا روحانی تجربہ یا مشاہدہ زندگی میں پیش آیا ہو تو ضرور بتائیں۔ ایک قریبی مخلص عقیدت مند سید نصرت علی شاہ صاحب بے ساختہ بولے کہ میرے مشاہدے میں ایک ایسا سمندری اور فطری ٹوٹکہ ہے جس کی برکت سے اب تک بے شمار لوگوں کی عینک اتر چکی ہے۔ میں چونک پڑا تو انہوں نے وضاحت کی کہ محکمہ زراعت کے ایک دوست جن کو ڈھائی نمبر کی ایک عینک لگی ہوئی تھی موصوف ضعف بصارت سے پریشان تھے اور شاکی بھی۔ خطرہ یہ تھا کہ چشمے کا نمبر حسب روایت بڑھتا چلا جائے گا اور تکلیف دہ بات یہ بھی کہ سوائے شیشہ بدلنے کے اس کا کوئی اور علاج ہے ہی نہیں۔ چشمہ کیا لیا جان پر بن گئی' کبھی ٹوٹنے' کبھی گم ہونے کا خطرہ مسلسل سر پر ہمیشہ منڈلاتا رہا۔ پھر تکلیف دہ بات یہ ہے کہ بار بار سنبھال کر رکھنا ایک انوکھی ذمہ داری بن جاتی ہے۔ انہیں اچانک کسی دوست کے ذریعے ایک ٹوٹکہ ملا ٹوٹکہ بھی ایسا جو دوسرے ٹوٹکوں سے نہایت مختلف جس کو خبر ملے وہ حیران اور جہاں جھانکیں تو پریشان۔

یہ وہ چیز جو ہمارے استعمال کے قابل نہیں جسے کوڑے کا ڈھیر بنتا تھا وہ شفاءیابی کا ذریعہ آخر کیسے بن سکتا ہے؟

قارئین! آپ سوچیں گے کہ آخر وہ چیز کیا ہے تو پہلے میں آپ کو وہ سمندری اور فطری فارمولہ بتاتا ہوں پھر ہم آگے اور واقعات کی طرف غوطہ زن ہوتے ہیں۔ وہ انوکھا راز مچھلی کا سر ہے یعنی مچھلی کے سر صاف کر کے ٹکڑے ٹکڑے کر کے اور حسب معمول ہلکا مرچ مصالحہ ڈال کر اس کا سوپ بنالیں یعنی شوربہ۔ ایک پیالی صبح ناشتے کے بعد ہلکا نیم گرم چسکی چسکی پئیں۔ بہت اچھا ذائقہ ہوتا ہے لیکن اگر آپ کو ناپسند ہو تو دوا سمجھ کر ضرور پی لیں۔ ہر تین دن کے بعد ایک پیالی پئیں چند دن چند ہفتے چند مہینے۔ ایک صاحب نے صرف تین پیالیاں ہی پی تھیں تو ان کی عینک اتر گئی۔ بعض لوگ تھوڑا عرصہ استعمال کرنے کے بعد اس کے سوفیصد رزلٹ پاتے ہیں۔ بہرحال جتنا پرانا مرض اتنا کچھ عرصے کا استعمال۔ ای ڈی او ماحولیات کو ساڑھے چار نمبر کی عینک لگی ہوئی تھی انہوں نے صرف تین بار استعمال کیا عینک سے ہمیشہ کیلئے نجات مل گئی۔ شیخ رضا علی نے جو کہ غلہ منڈی کے آڑھتی ہیں بزرگی کی عمر تک پہنچے ہوئے ہیں' انہوں نے جب یہ فطری نسخہ سنا تو جھٹ استعمال شروع کیا اور وہ بہت تھوڑے عرصے سے استعمال کر رہے ہیں حیرت انگیز فائدہ پایا۔ گجرات کے ایک دوست کی والدہ جن کی عمر 70 سال ہے انہوں نے استعمال کیا اور حیرت انگیز فائدہ پایا۔

منڈی بہاؤالدین میں ملک منظور اعوان کی اہلیہ نے استعمال کیا ان کی عینک اتر گئی۔ قارئین! عینک کیا اترتی ہے ایک نور روشنی اور اللہ کی نعمتوں کا واضح اظہار نظر آتا ہے۔ مشہور ہے ''صبح گاہی تازہ ماہی'' کہ صبح ہوتے ہی آپ تازہ مچھلی کا استعمال کریں۔ اس وقت سمندری مچھلی کا وجود ایک ایسی نعمت ہے جو کھاد سپرے مصنوعی کیمیکل سے بالکل پاک ہے اور یہی زندگی کی فطرت ہے۔ میں بعض اوقات سوچتا ہوں آخر مچھلی اتنی طاقت ور چیز تو ہے جو پانی کا سامنے سے مقابلہ کر کے اس کے دھاروں کو چیرتی ہے اپنا سفر جاری رکھتی ہے اور اس کیلئے اس کا سر ہی اپنی طاقت سے ان پانی کے دھاروں کو چیرتا ہے تو کیسا باکمال سر جو مچھلی کے سر سے اپنی صحت کا سامان کرتا ہے۔

ویسے بھی ہماری طب کی کتابوں میں مچھلی کے سر کا شوربہ فالج' لقوہ' لنگڑی کا درد یعنی شاٹیکا' اعصابی کمزوری' پٹھوں کی کمزوری' قبل از وقت بڑھاپا' جوڑوں کا پرانا اور دیرینا درد' جسمانی اور اعصابی کھچاؤ اور یادداشت کی کمی کیلئے نہایت آزمودہ اور ٹانک چیز۔ ایسے لوگ جو اپنی یادداشت بالکل کھو چکے ہوں یا جن کی یادداشت (بقیہ صفحہ نمبر 46 پر)

عبقری آپ کے شہر میں

کراچی: رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ۔ **پشاور:** اطلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0314-9007293۔ **راولپنڈی:** کمبائنڈ نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 051-5505194۔ **لاہور:** شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 042-7236688۔ **سیالکوٹ:** ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ، 0524-598189 **ملتان:** ادارہ اشاعت الخیر ملتان، 0322-6748121۔ **رحیم یار خان:** امانت علی اینڈ سنز، 068-5872626۔ **خانیوال:** طاہر سٹیشنری مارٹ۔ **علی پور:** ملک نیوز ایجنسی، 0333-7684684۔ **ڈیرہ غازی خان:** عمران نیوز ایجنسی، 064-2017622۔ **جھنگ:** حافظ طلحہ اسلام، قرآن محل سیٹلائٹ ٹاؤن 0314-3401441۔ **حاصل پور:** اسلام الدین خلجی لاری اڈا حاصل پور 0622-442439۔ **درگاہ پاکپتن:** مہر آباد نیوز ایجنسی ساہیوال روڈ پاکپتن 0333-6954044۔ **کلورکوٹ:** محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس۔ **مظفر گڑھ:** مولانا محمد یوسف الحبیب نیوز ایجنسی، 0333-6031077۔ **گجرات:** خالد بک سنٹر مسلم بازار، 0333-8421027۔ **چشتیاں:** حافظ اظہر علی، مین بازار چشتیاں 0300-6989035۔ **شورکوٹ کینٹ:** حبیب اللہ ندیم مکتبہ اسلامیہ والے، 0302-7296211۔ **بہاولپور:** ابو معاویہ، قاسمی نیوز ایجنسی 0333-6367755 **بوریوالہ:** سید شیخ احمد شہید تحصیل والی گلی 0300-7591190۔ **وہاڑی:** فاروق نیوز ایجنسی ھینگی کالونی، 0301-6661714۔ **بھیرہ شریف:** شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ، 0301-6799177۔ **ٹوبہ ٹیک سنگھ:** حاجی محمد یسٰین جنگ نیوز ایجنسی 0462-511845۔ **وزیر آباد:** شاہد نیوز ایجنسی، 0345-6892591۔ **ڈسکہ:** نایاب نیوز ایجنسی، 0300-6430315۔ **حیدرآباد:** الحبیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0300-3037026۔ **سکھر:** الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز، 071-5613548۔ **کوئٹہ:** خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ، 0333-7812805 **حضرو:** خواجہ نعیم پنسار سٹور حضرو ضلع اٹک، 0301-5514113۔ **اٹک شہر:** ظفر اقبال مکتبہ مقصود احمد شہید 0321-5247893۔ **میلسی:** امتیاز احمد صاحب نیو شوکت کلاتھ ہاؤس، 0321-7982550۔ **خان پور:** چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654۔ **واہ کینٹ:** حبیب لائبریری اینڈ سٹیشنری میلاد چوک، 0514-543384۔ **فیصل آباد:** ملک کاشف صاحب، نیوز ایجنٹ اخبار مارکیٹ، 0300-6698022۔ **بہاولنگر:** المدینہ بکڈپو تحصیل بازار بہاولنگر 0333-6320766 **صادق آباد:** عاصم منیر صاحب، چوہدری نیوز ایجنسی، 068-5705624۔ **قلعہ دیدار سنگھ:** عطاء الرحمٰن مکہ میڈیکل سٹور، سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ، 0300-7451933۔ **بھکر:** ممتاز احمد، نیوز ایجنٹ چشتی چوک، 0300-7781693۔ **کوٹ ادو:** عبدالمالک صاحب، اسلامی نیوز ایجنسی، 0333-6008515۔ **کنڈیارو:** ماشاء اللہ ٹریڈنگ کارپوریشن 0333-3436222۔ **منڈی بہاؤالدین:** آصف میگزین اینڈ فریم سنٹر 0345-5861514۔ **احمد پور شرقیہ:** بخاری نیوز ایجنسی، 0302-7768638 **بنوں:** امیر احمد جان 0333-9748847۔ **نارووال:** محمد اشفاق صاحب، باؤجی نیوز ایجنسی ضیاء شہید چوک ظفر وال۔ **جہانیاں:** حافظ نذیر احمد، جمال کالونی نزد تھانہ، 0333-7646085 **گوجرانوالہ:** رحمٰن نیوز ایجنسی، 0300-6422516 **سرگودھا:** احمد حسن، مدنی کیسٹ اینڈ جنرل سٹور مدنی مسجد سرگودھا، 0301-6762480، **چکوال:** عمران فاروق، 0333-5778810۔ **لیاقت پور:** بدر نیوز ایجنسی مین بازار 0345-8709947۔ **گوجر خان:** الفلاح اسلامک نیوز ایجنسی 0332-5878032۔ **تونسہ شریف:** اسلامی کتب خانہ کالج روڈ 0345-2508728۔ **خضرو:** بلال خوشبو محل میزائل چوک 0314-2192166۔ **ایبٹ آباد:** آصف خلیل فریدی طیبہ بک سنٹر۔ **میانوالی:** نور سٹیمپ میکر 0333-9836818۔ **کوہاٹ:** عزیز نیوز ایجنسی 0922-511760۔ **مری:** حمید برادرز مال روڈ 051-3411116۔ **رائے ونڈ:** محمد سلیم پاکستان نیوز ایجنسی 35390737۔ **ساہیوال:** مختار احمد زمیندار نیوز ایجنسی۔ **مانسہرہ:** تنولی نیوز ایجنسی کشمیر روڈ۔ 03449580095۔ **سلانوالی:** الوہاب کتب خانہ 0300-5665317۔

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بدحال گھرانوں کے الجھے خطوط اور سلجھے جواب

بچے والدین کو اسی وقت باتیں بتاتے ہیں جب وہ سننا چاہتے ہیں۔ اگر انہیں یہ معلوم ہو جائے کہ ان کی کوئی بات نہیں سنی جائے گی تو وہ اپنے ساتھ پیش آنے والے واقعات کو ذہن سے بھلانے کی کوشش کرتے ہیں اس طرح بہت سی باتیں محو ہو جاتی ہیں

سفر بھی کرنا ہے

میری دو بہنوں کی شادی ہو چکی ہے۔ دونوں مجھ سے چھوٹی ہیں۔ والدہ میری طرف سے مایوس ہو چکی تھیں کہ ایک اچھا رشتہ مل گیا لڑکا کینیڈا میں ہے۔ ایک ماہ میں ہی نکاح ہو گیا۔ اب مجھے جہاز کا سفر کرنا ہے جو میرے لیے ناممکن ہے۔ مجھے جہاز کے سفر سے بہت خوف آتا ہے۔ میں نے پہلے کبھی یہ سفر نہیں کیا اور اب سمجھ میں نہیں آتا کیا ہوگا۔ سب مجھ پر ناراض ہوتے ہیں اس عمر میں یوں خوف کا ذکر کرنا مجھے بھی اچھا نہیں لگتا۔ **(عارفہ خان' لاہور)**

مشورہ: اگر کسی کو جہاز کے سفر کے دوران کوئی ناخوشگوار واقعہ پیش آجائے تو آئندہ اس سفر سے خوفزدہ ہونے کی وجہ معلوم ہو جاتی ہے لیکن آپ نے تو جہاز کا سفر ہی نہیں کیا لہٰذا اس سلسلے کا کوئی ناخوشگوار تجربہ بھی نہیں پھر خوفزدہ ہونے کی کوئی اور وجہ تلاش کرنی ہوگی۔ غور کریں کبھی کسی نے آپ کے سامنے جہاز کے سفر کے دوران پیش آنے والے غیر معمولی تکلیف دہ واقعات سنائے ہیں یا آپ نے جہاز کے کسی حادثے کے بارے میں سن کر خود کو پریشان محسوس کیا ہے۔ یہ بھی ہو سکتا ہے کہ آپ کو لمبے سفر کا تجربہ نہ ہونے کے سبب خوف آ رہا ہو اور آپ اسے جہاز کے سفر سے منسوب کر رہی ہوں کچھ بھی ہو آپ کو ہمت سے کام لے کر اس خوف پر قابو پانا ہی ہے۔ ایک مشہور ماہر نفسیات نے کہا ہے کہ جس صورتحال میں خوف محسوس ہو اس کا سامنا کرنا اس طرح کہ خوف پر قابو پا لیا جائے یہی ہمت ہے۔ زندگی میں کامیابی اور خوشحالی حاصل کرنے کے لیے غیر فطری خوف پر فتح حاصل کرنا بے حد ضروری ہے۔

کوئی خواب میں آیا

مجھ سے بڑی بہن دو تین دن بعد ایک خواب دیکھتی ہیں جو کسی نہ کسی سے متعلق ہوتا ہے۔ مثلاً ہم بہن بھائی والدین یا چند ملنے والوں میں سے کوئی بھی انہیں خواب میں نظر آجاتا ہے۔ دوسرے دن صبح کو وہ بتا دیتی ہیں کہ رات میں نے ان کے بارے میں اچھا نہیں دیکھا اور پھر واقعی ان کے ساتھ کچھ برا ہو بھی جاتا ہے۔ اسی طرح کسی کے بارے میں کبھی کوئی اچھی بات بتا دیتی ہیں مثلاً چھوٹا بھائی جو پڑھنے میں اچھا ہے اسے امتحان میں پاس ہوتے دیکھا اور بتا دیا کہ تم امتحان میں پاس ہو جاؤ گے اور واقعی وہ امتحان میں اے گریڈ لایا۔ میں آج کل ملازمت کر رہی ہوں ہر روز صبح گھر سے نکلتے ہوئے مجھ سے کہہ دیتی ہیں کہ تمہیں مایوسی ہوگی اور واقعی شام کو میں مایوس گھر آتی ہوں۔ **(سعدیہ' پشاور)**

مشورہ: خوابوں کے صحیح ثابت ہو جانے کا یہ مطلب نہیں کہ آپ کی بہن کو آنے والے وقت کے بارے میں کسی طرح کی معلومات ہو جاتی ہیں۔ اگر ایک بچہ پڑھنے میں اچھا ہے اور اسے یہ کہنا کہ یہ پاس ہو جائے گا کوئی غیر معمولی بات نہیں۔ حقیقت یہ ہے کہ آپ لوگ بہن کے خوابوں کو بہت زیادہ توجہ اور اہمیت دینے لگے ہیں اور جو وہ کہتی ہیں وہی محسوس بھی کرتی ہیں اسی لیے اگر وہ اچھی بات کہہ دیتی ہیں تو اچھا محسوس بھی کرتے ہیں اور یہ سمجھتے ہیں کہ بہن کے کہنے کی وجہ سے بہتر تبدیلی ہوئی۔ اسی طرح اگر وہ مایوس کر دیتی ہیں تو خود بھی مایوس ہو جاتے ہیں اور پھر یہ سوچتے ہیں کہ بہن نے ٹھیک ہی کہا تھا گھر سے نکلتے ہوئے آپ ان سے کوئی بات نہ کریں اپنا دن اللہ تعالیٰ سے دعا کے ساتھ شروع کریں اور مطمئن رہیں۔

کسی بچے نے ڈرایا

میں نے اپنے بیٹے کو ایک بہت اچھے سکول میں داخل کروایا اب وہ ہر روز مجھ سے سکول میں ہونے والے واقعات بیان کرتا ہے۔ کبھی اسے کسی ٹیچر نے ڈانٹا ہوتا ہے کبھی کسی بچے نے ڈرایا تو کبھی گاڑی کے ڈرائیور نے تھپڑ مارا ہوتا ہے۔ میں اکثر باتیں درگزر کر دیتا ہوں کیونکہ میں خود گھر میں سارا دن ڈھلنے کے بعد ہی آتا ہوں۔ مجھے تکلیف دہ باتیں غصہ دلا دیتی ہیں۔ ایک روز میں نے بچے کو غصے سے ڈانٹ دیا اب وہ میرے آنے پر خاموش رہتا ہے۔ بات کرنے کے دوران آنکھیں میچنے لگتا ہے۔ کبھی دانتوں سے ناخن کاٹنے لگتا ہے۔ **(محمد شہباز' ملتان)**

مشورہ: بچے والدین کو اسی وقت باتیں بتاتے ہیں جب وہ سننا چاہتے ہیں۔ اگر انہیں یہ معلوم ہو جائے کہ ان کی کوئی بات نہیں سنی جائے گی تو وہ اپنے ساتھ پیش آنے والے واقعات کو ذہن سے بھلانے کی کوشش کرتے ہیں اس طرح بہت سی باتیں محو ہو جاتی ہیں۔ لیکن کوئی ایسی بات جس سے غیر معمولی تکلیف پہنچی ہو یا جس سے خوف محسوس ہوا ہو ذہن کے اندر دبی رہ جاتی ہیں جو بعض اوقات بڑے ہونے پر بھی رویہ پر منفی انداز سے اثر انداز ہوتی ہیں۔ آپ کوئی وقت مقرر کر لیں جب بچے سے آسانی سے بات کی جا سکے۔ ورنہ اس کی ناخن کاٹنے اور آنکھیں میچنے کی عادت پختہ ہو سکتی ہے۔

عقل اور شعور کے باوجود

میرے دو بیٹے ہیں چھوٹا بہت نیک اور فرمانبردار ہے۔ بڑا نافرمان' گستاخ' فضول خرچ اور خودغرض ہے۔ تعلیم ادھوری چھوڑ کر بیٹھ گیا ہے۔ محلے میں ایک لڑکی سے محبت کا ڈرامہ کیا ہے اب اس کے گھر والے میری بیوی سے کہتے ہیں کہ آپ اپنے بڑے بیٹے کی شادی کر دیں۔ اس نے ہماری لڑکی کا جینا مشکل کر دیا ہے۔ میں تو اس قدر شرمندہ ہوں کہ ڈرتا ہوں کوئی مجھ سے اس کے بارے میں کچھ نہ کہہ دے۔ **(عبدالرشید' راولپنڈی)**

مشورہ: آپ نے یہ نہیں بتایا کہ بیٹے کا بچپن کیسا گزرا۔ آپ کے ساتھ کیسے تعلقات تھے۔ بچوں کی پرورش اور تربیت میں والدہ کا کیا رویہ رہا۔ یہ سب باتیں کسی بچے کے فرمانبردار یا نافرمان ہونے میں اہم ہوتی ہیں۔

بہرحال اب اس کی شخصیت سے ظاہر ہو رہا ہے کہ ضمیر کی خلش اسے پریشان نہیں کر رہی۔ اسی لیے وہ خود کو نافرمانی سے روکنے میں ناکام ہے۔ اس پر نفسانی خواہشات کا غلبہ ہے۔ ایسے نوجوانوں کی مشاورت کرنی ضروری ہوتی ہے جو عقل و شعور رکھنے کے باوجود اس کا غلط استعمال کر لیتے ہیں' درست رہنمائی سے انہیں راہ راست لایا جا سکتا ہے۔

روزانہ غیب سے ملنے کا عمل

اکیس روز کامل پرہیز کے ساتھ علیحدہ کمرہ میں 70 بار روزانہ پڑھیں زکوٰۃ ادا ہو جائے گی۔ ہر بار آیت پڑھنے کے بعد 3 مرتبہ درود شریف صلی اللہ علی محمد پڑھیں۔ زکوٰۃ ادا کرنے کے بعد 21 مرتبہ روزانہ ورد رکھیں یہ عمل بھی رزق کی تنگی ختم کرنے کا بہت بہترین عمل ہے

(سید نور عالم شاہ' شو یکی شریف)

مجھے شفاء کیسے ملی کتاب کے صفحہ نمبر 87 پر درج ہے۔ دست غیب کا عمل کچھ یوں ہے:۔

پہلے درود شریف ایک تسبیح

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پوری ایک تسبیح

صرف بسم اللہ پوری نو تسبیح

بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْم پوری ایک تسبیح

درود شریف ایک تسبیح...... 21 دن کا عمل ہے

پہلے 100 مرتبہ درود شریف پڑھنا ہے پھر 100 مرتبہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم پھر صرف بسم اللہ 900 مرتبہ پڑھنا پھر بسم اللہ الرحمٰن الرحیم 100 مرتبہ پڑھنی ہے پھر 100 مرتبہ درود شریف پڑھنا ہے۔ یہ عمل 21 دن تک پڑھنا ہے۔ ایک وقت مقرر کر کے یہ عمل میں نے 2009ء رمضان المبارک میں شروع کیا پورے اکیس دن کا عمل ہے بعد نماز مغرب شروع کر دیا۔ قارئین کرام! آپ یقین کریں 21 دن عمل پورا کیا تو اللہ پاک کے فضل و کرم سے ایسا دست غیب کھلا کہ نہ صرف دنیا بلکہ میں خود بھی حیران ہو گیا مجھے ایسا لگتا جیسے مجھ پر دولت کی بارش برس رہی ہے ہر طرف سے پیسہ ہی پیسہ آ رہا ہے قارئین کرام یقین کریں جیسے میں پیسے میں کھیلنے لگا اور رزق میں ایسی شاندار برکت کہ عقل حیران۔ جو شخص معاشی پریشانیوں میں اور رزق کی مشکلات میں گھرا ہوا ہے میں ان کو دعوت دیتا ہوں کہ وہ یہ عمل ضرور کریں اور قدرت کا نظارہ اور کرشمہ دیکھیں۔

عمل نمبر 2: دست غیب کا ایک قرآنی مجرب عمل

یہ عمل میں نے ایک کتاب میں 2003ء میں پڑھا اور پھر شروع کر دیا یہ عمل بھی میرا خود کا تجربہ شدہ ہے اور بہت مجرب عمل ہے اس عمل سے بھی دست غیب ایسا کھلتا ہے کہ عقل حیران رہ جاتی ہے۔ اس عمل سے اللہ تعالیٰ اپنے غیبی خزانے کا منہ کھول دیگا تنگدستی مفلسی اور جملہ پریشانیاں ختم ہو جائیں گی دولت اور لنگر جاری رہیں گے۔

عمل یہ ہے: نیا چاند دیکھنے پر جو پہلا اتوار آئے اس اتوار سے یہ عمل شروع کریں مہینہ کوئی ہو مگر دن اتوار نوچندی کا ہو یعنی اتوار کا دن گزار کر جو رات آئے غروب آفتاب سے رات بارہ بجے تک اس عمل کا وقت ہے۔ اول و آخر سات سات دفعہ کوئی سا درود شریف اور درمیان میں 70 مرتبہ الحمد شریف معہ بسم اللہ شریف دوسری رات چھ چھ بار درود شریف اور درمیان میں 60 بار الحمد شریف اسی طرح دنوں کو گھٹاتے جائیں یعنی اب آخری رات ہفتہ کی رات میں ایک بار درود شریف اور درمیان میں الحمد شریف 10 بار پڑھیں گے بس یہ ایک ہفتہ کا عمل ہوا مگر اسی طرح صرف تین ہفتے عمل کرنا ہے اللہ نے چاہا تو اس سے آپ کے مقاصد پورے ہونگے۔ غیب سے روزی کے سامان پیدا ہونگے اب یہ اللہ کی مرضی ہے کہ وہ اپنے باطنی اور پوشیدہ خزانے سے کیا کچھ عطا فرماتا ہے مگر روزی کے متعلق جو پریشانی تھی وہ ختم ہو جائے گی۔

عمل نمبر 3: یہ عمل سورۂ توبہ کی آیت کا ہے آیت یہ ہے:۔ لَقَدْ جَآءَ کُمْ رَسُوْلٌ مِّنْ اَنْفُسِکُمْ عَزِیْزٌ عَلَیْہِ مَاعَنِتُّمْ حَرِیْصٌ عَلَیْکُمْ بِالْمُؤْمِنِیْنَ رَءُوْفٌ رَّحِیْمٌo فَاِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ ط عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ o (توبہ 129،128)

آیت کی زکوٰۃ: اکیس روز کامل پرہیز کے ساتھ علیحدہ کمرہ میں 70 بار روزانہ پڑھیں زکوٰۃ ادا ہو جائے گی۔ ہر بار آیت پڑھنے کے بعد 3 مرتبہ درود شریف صَلَّی اللّٰہُ عَلٰی مُحَمَّدٌ پڑھیں۔ زکوٰۃ ادا کرنے کے بعد 21 مرتبہ روزانہ ورد رکھیں یہ عمل بھی رزق کی تنگی ختم کرنے کا بہت بہترین عمل ہے اور رزق کی تنگی کے خاتمے کے ساتھ ساتھ روحانی ترقی بھی ہوتی ہے اور تسخیر کی قوت میں بھی بہت زبردست اضافہ ہوتا ہے' عزت و آبرو میں اضافہ ہوتا ہے۔ قارئین کرام آپ بھی کریں اور فائدہ حاصل کریں۔

عمل نمبر 4: دولت مندی اور عزت کیلئے سورۂ ق کو بعد نماز فجر اور بعد نماز عشاء پڑھیں۔ حصول دولت اور حصول عزت کیلئے بے حد مجرب عمل ہے ہر ذلت اور پریشانی سے محفوظ ہو گا بے حد مجرب اور آزمودہ ہے کسی صورت خالی نہیں جاتا۔

حضرت حکیم صاحب سے موبائل پر رابطہ (بیرون ملک)

حضرت حکیم صاحب ہر ہفتے کی شام 7 بجے سے 9 بجے تک صرف بیرون ملک کی کالیں سنیں گے۔ قارئین کا اندرون ملک رسالہ' خط اور ملاقات کے ذریعے حکیم صاحب سے رابطہ ہے' بیرون یہ ذرائع نہیں ہیں۔ براہ کرم اندرون ملک سے کال نہ کریں بیرون ملک مجبور لوگوں کا حق نہ ماریں۔ اندرون ملک موصول کالیں کاٹ دی جائینگی۔ مجبوری کی صورت میں پیشگی معذرت۔ موبائل: **0343-8710009**

خدمت کا صلہ یا غیبی مدد

عزیز الرحمان عزیز، پشاور

میرے ایک سکول کے استاد محترم جن کا نام گرامی زمان خان تھا۔ پشتو سپیکنگ تھے بڑے صحت مند، قد آور اور بڑی خوبصورت ڈاڑھی تھی مجموعی طور پر مزاج میں قدرے غصہ رہتا تھا۔ تمام لڑکے بمعہ میرے ان سے بہت ڈرتے تھے جب بھی ان کا پریڈ ہوتا، تمام لڑکے تقریباً سہم سے جاتے

بچوں میں آج آپ کیلئے لکھنا چاہتا ہوں شاید کہ میرے پھول سے ننھے بچوں کو میری تحریر پسند آجائے اور آپ کی وساطت سے اگر ایک ننھا پھول ہی اپنی خوشبوؤں سے ملک و ملک کی معطر کر دے تو مجھے بڑی خوشی ہو گی اور حقیقتاً یہی تو مجھ جیسے بوڑھوں کو بچوں سے لگاؤ اور محبت و شفقت کی انتہائی ضرورت ہے۔ میرے پوتے، پوتیاں، نواسے، نواسیاں، بیٹے اور بیٹی مجھ سے انتہائی پیار کرتے ہیں۔ شاید آپ کے علم میں یہ بات ہو یا نہ ہو کہ جیسی کرنی ویسی بھرنی والا مقولہ شاید آپ کے علم میں ہو تو بہتر ورنہ میں آپ کو تفصیلاً بتا دوں۔ میرے بچے، بچیاں مجھ سے کیوں پیار کرتے ہیں شاید اس لیے کہ مجھے اپنے والدین سے محبت تھی اور اب بھی ہے اور تا حیات بفضل تعالیٰ رہے گی۔ شاید یہ میرے والدین کی دعاؤں کا نتیجہ ہو؟ کیونکہ میرے والدین نے مجھے ادب کرنا اور محبت بانٹنا سکھایا تھا۔ اساتذہ سے محبت ادب تعبداری احترام یہ لازمی جز ہے استاد کا احترام کرنا۔

ایک واقعہ یاد آ گیا وہ میں آپ تک پہنچانا چاہتا ہوں کہ شاید کہ تیرے دل میں اتر جائے میری بات......!!!

میرے ایک سکول کے استاد محترم جن کا نام گرامی زمان خان تھا۔ پشتو سپیکنگ تھے بڑے صحت مند، قد آور اور بڑی خوبصورت ڈاڑھی تھی مجموعی طور پر مزاج میں قدرے غصہ رہتا تھا۔ تمام لڑکے بمعہ میرے ان سے بہت ڈرتے تھے جب بھی ان کا پریڈ ہوتا، تمام لڑکے تقریباً سہم سے جاتے اور اپنی عمر اور شوخی کے برعکس تقریباً خاموش ہو جاتے اور جب وہ ہمارے استاد محترم کلاس میں داخل ہوتے تو واقع یہ ہوتا کہ شاید کلاس میں کوئی نہیں ہے سوائے استاد محترم کی بیساکھیوں کی ٹھک ٹھک کے اور کوئی بھی آواز نہیں آتی تھی اور ہم پوری کی پوری کلاس کے بچوں کے ذہنوں پر یہ سوالیہ نشان ہوتا کہ ان جیسا قد آور قدرے ترش مزاج استاد کی ایک ٹانگ کہاں گئی؟ معلوم تو ایسا ہی ہوتا تھا کہ یہ پیدائشی لنگڑا پن نہیں اسی طرح وقت گزرتا رہا اور ایک دن عصر کے وقت میں نے ہشتنگری بازار میں جہاں کہ ایک زنانہ ہسپتال ہے وہاں حالت پریشانی میں ٹہل رہے تھے مجھ پر ان کی نظر پڑی مگر انہوں نے توجہ نہ دی مگر میرے دل میں ان کا ادب احترام تو تھا ہی میں نے جرات کر کے انتہائی احترام سے ان سے پوچھا کہ محترم خیریت ہے تو مجھ سے مخاطب ہوئے کہ خیریت ہے بس اس ہسپتال میں کچھ کام تھا میں نے دوبارہ پوچھا کہ شاید کسی مریض کا پوچھنے آئے ہونگے تو وہ حضرت گویا ہوئے کہ تمہاری استانی صاحبہ کچھ بیمار ہیں میں نے کہا کہ شاید آپ کے ساتھ کوئی استانی جی کے سوا کوئی خاتون نہیں ہیں، انہوں نے نفی میں سر ہلایا تو میں نے کہا کہ میرا گھر بالکل قریب ہے میں ہر طرح کی خدمت کیلئے تیار ہوں اگر آپ کہیں تو میں اپنی والدہ محترمہ کو استانی جی کی خدمت کیلئے بلا لاؤں ان کا چہرہ پر رونق ہو گیا اور پہلی دفعہ ان کے چہرے پر مسکراہٹ کے آثار دکھائی دیئے تو انہوں نے کہا کہ ٹھیک ہے آپ اپنی والدہ کو لے آئیں پہلے میرے ساتھ اپنی استانی صاحبہ کو دیکھ لو اور پھر اپنی والدہ کو لیکر آجاؤ یہ سب کچھ کرنے کے بعد میں اپنی والدہ کو لیکر آیا اور ہسپتال استانی صاحبہ کے بیڈ پر پہنچایا اور ان دونوں کا آپس میں تعارف کروایا۔ اب یہ دونوں آپس میں گھل مل گئیں میں باہر نکلا تو استاد صاحب گیٹ پر مل گئے تو میں ان کے ساتھ واپس ہوا میں نے انہیں بتا دیا تھا کہ والدہ محترمہ آ گئی ہیں۔ یہ دراصل زچگی ہسپتال ہے اب دوسرے دن شام کو والدہ صاحبہ واپس آ گئی تھی والدہ نے بتایا اب تمہاری استانی صاحبہ گاؤں چلی گئی ہیں۔ اس واقعہ کے بعد میرے استاد محترم زمان خان صاحب کا مجھ سے رویے اور لہجے میں نمایاں فرق آ گیا تھا تمام کلاس کے لڑکے حیران تھے کہ کیا وجہ ہے ماسٹر صاحب کا رویہ بڑا مشفقانہ ہو گیا ہے۔ انہیں تو معلوم نہیں تھا کہ وجہ کیا ہے جو کہ میں نے تفصیل سے بتائی سب بڑے خوش ہوئے کہ خوش قسمت ہو کہ یہ خدمت اللہ نے تمہارے نصیب میں رکھی۔

پھر ایک دن تمام لڑکوں نے متفقہ فیصلہ کیا کہ ماسٹر زمان سے صرف آپ ہی پوچھ سکتے ہیں کہ ان کی ٹانگ کیسے کٹی؟ میں نے حامی بھر لی۔ اگلے دن جب ماسٹر صاحب حاضری لگا کر فارغ ہوئے تو میں نے کھڑے ہو کر ماسٹر صاحب کی طرف دیکھا تو ماسٹر صاحب نے مسکراہٹ بھرے انتہائی نرم لہجے میں پوچھا کیوں عزیز بیٹا کیا کہنا چاہتے ہو تو میں نے کسی تمہید کے بغیر ہی اپنا مدعا بیان کر دیا کہ ماسٹر صاحب آپ کی ایک ٹانگ کہاں گئی؟ کیا کوئی حادثہ ہوا یا جو بھی ہوا تمام کلاس کے سامنے بتائیں۔ ماسٹر صاحب کے چہرے پر عجیب و غریب خوشی و غمی کے تاثرات پڑھے جا سکتے تھے۔ بڑے دھیمے انداز میں گویا ہوئے کہ بچو! میری ٹانگ کیونکر کاٹی گئی اور کیسے کٹی آپ کو معلوم ہے کہ میں دیہاتی ہوں، ہماری تھوڑی بہت زرعی زمینیں بھی ہیں۔ جوانی کا عالم تھا ابھی غیر شادی شدہ تھا۔ رات کے وقت پانی زمینوں کو لگایا جاتا ہے اس رات پانی کھولنے کیلئے میں زمینوں پر گیا۔

بندوق دونالہ ساتھ تھی کودال بھی ساتھ تھی تا کہ پانی کھول کر واپس آجاؤں جب میں زمین پر پہنچا تو بندوق رکھ کر کودال سے ڈکا کھولنا چاہا تو ہمارے دشمنوں نے جو پہلے سے چھپے بیٹھے مجھ پر فائر کھول دیا ان کا پہلا فائر مجھے لگ گیا اور میں ساتھ گڑھے میں گر گیا مجھے اٹھنے کی مہلت ہی نہ ملی کہ دشمن میرے سر پر پہنچ گئے اور انہوں نے مجھ پر اٹھائیس فائر کیے اتنے میں میرے گاؤں والوں کی طرف سے فائرنگ ہوئے تو میرے دشمن اندھیرے کا فائدہ اٹھا کر فرار ہو گئے۔ گاؤں والوں نے مجھے زخمی حالت میں ریڈی لیڈنگ ہسپتال پہنچایا، میرا بچنا بڑا مشکل دکھائی دیتا تھا مگر جسے اللہ رکھے اسے کون چکھے، میرا گڑھے میں گرنا میرے لیے بہتر تھا کہ میں آج آپ کے سامنے ہوں یہ سب اس بچانے والے کے طریقے ہیں۔ ڈاکٹر پوری محنت اور مہارت سے مجھے بچانے میں اللہ کے فضل سے کامیاب ہو گئے مگر اس تمام کوششوں کے باوجود صرف میری ایک ٹانگ کو بامر مجبوری کاٹنا پڑا۔ جب ماسٹر صاحب نے اپنی قمیض اتاری تو ان کے پورے جسم پر اور بازوؤں پر گڑھے ہی گڑھے تھے بلکہ جو ٹانگ تھی شلوار اٹھا کر وہ ٹانگ بھی دکھائی وہ بھی زخموں کے گڑھوں سے محفوظ نہ تھی۔ پوری کلاس کے طلبہ خاموش اور حیرت اور محبت سے ماسٹر زمان خان کی طرف دیکھ رہے تھے۔

2 انمول خزانے جنات بھی پڑھتے ہیں

کچھ عرصہ ہوا ہے کہ مجھے کچھ جنات بھائیوں سے دوستی ہوئی ہے ایک دن میں نے ان سے دو انمول خزانے کا ذکر کیا۔ تو جن بھائی نے کہا کہ ہم نے اپنے طالب علم جنات میں دو انمول خزانے تقسیم کیے ہیں اور ہم سب جنات دو انمول خزانے بہت ذوق وشوق سے پڑھتے ہیں

(محمد ہارون الرشید 'باچا' پشاور 03459189412)

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ اللہ آپ کو لمبی عمر عطاء فرمائیں۔ آمین! کچھ عرصہ ہوا ہے کہ بغیر کسی وظیفہ یا کسی عمل کے کچھ جنات بھائی ہمارے پاس آئے تھے اور ہم سب گھر والوں سے باتیں کیا کرتے تھے۔ بہت ہی نیک لوگ تھے اور انہوں نے ہماری بہت ہی خدمت کی ہے اور ہر مشکل میں ہمیں تسلی دی اور وہ سب طالب علم تھے۔ دینی مدرسے میں پڑھتے تھے۔

ان میں سے ایک بڑے طالبعلم کا نام عبدالودود تھا جو کہ درجہ خامسہ کا امتحان دیا تھا اور باقی ان سے چھوٹے تھے بہت ہی مخلص جنات تھے۔ ہم ان کو اپنے ہی گھر کے افراد تصور کرتے تھے۔ میرا کوئی بھائی نہیں ہے اس لیے میں عبدالودود کو بھائی کہتا تھا اور یہ طالب علمی کے ساتھ ساتھ جہاد بھی کرتا تھا۔ رمضان میں ہندو جنات سے جہاد شروع کیا اور 27 ویں رمضان میں ہندو جنات سے جہاد کرتے ہوئے شہید ہوا ہے اب ہم سب گھر والے بہت پریشان ہیں باقی چھوٹے جنات بھائی اب نہیں آتے۔ انہوں نے ہم سے اجازت لی کہ اب وہ ہمارے پاس نہیں آئیں گے کیونکہ ان کو اب اجازت نہیں ہے۔ لہٰذا آپ سے اور حضرت علامہ لاہوتی پراسراری صاحب سے گزارش ہے کہ ہمیں کوئی عمل یا وظیفہ عنایت فرمائیں تاکہ کوئی نیک جن ہمارا بھائی بن جائے۔ ہم آپ کے بہت شکرگزار ہوں گے اللہ آپ سب حضرات کا حامی وناصر ہو۔ آمین۔

دو انمول خزانے جنات بھی پڑھتے ہیں۔

کچھ عرصہ پہلے جب جنات بھائیوں سے دوستی ہوئی تھی تو ایک دن میں نے ان سے دو انمول خزانے کا ذکر کیا تو جن بھائی نے کہا کہ ہم نے اپنے طالب علم جنات میں دو انمول خزانے تقسیم کیے ہیں اور ہم سب جنات دو انمول خزانے بہت ذوق وشوق سے پڑھتے ہیں اور اللہ دو انمول خزانے کی برکت سے ہماری مشکلات حل فرماتے ہیں اور تم بھی اپنی مشکلات میں دو انمول خزانے کامل یقین کے ساتھ پڑھا کرو۔

کالے سائے کا پیچھا

(پوشیدہ)

محترم حکیم صاحب! میرے ساتھ تقریباً 22-20 سال سے مسئلہ ہے۔ میں ہر وقت پریشان رہتی ہوں، ایک کالی سی چیز ہر وقت میرے اوپر مسلط رہتی ہے۔ میں جہاں جہاں جاتی ہوں وہ میرے ساتھ ساتھ جاتی ہے۔ میں گاڑی میں بیٹھتی ہوں تو وہ چیز گاڑی کے سپیڈ کے مطابق باہر ہمارے ساتھ ساتھ چلتی ہے اور مجھے واضح دکھائی بھی دیتی ہے۔ میں نماز پڑھتی ہوں تو غیر مسلم لوگوں کی شکلیں میرے سامنے آجاتی ہیں جس کی وجہ سے نماز پڑھنی بہت مشکل ہو جاتی ہے۔ نفسیاتی علاج کروا کروا کر تھک چکی ہوں۔ کوئی کہتا ہے تم پر سایہ ہے، کوئی جادو بتاتا ہے، کوئی کہتا ہے کہ تم نفسیاتی مریضہ ہوں۔ اپنا نفسیاتی علاج کروا کروا کر تھک چکی ہوں۔ بہت سارے روحانی علاج بھی کروائے ہیں مگر وہ سایہ میری جان نہیں چھوڑ رہا۔ جس کی وجہ سے میں بہت سست ہوگئی ہوں۔ سستی کی وجہ سے گھر کا کام کرنا کافی مشکل لگتا ہے۔ مجھ سے نماز پڑھی نہیں جاتی سجدہ کرتی ہوں تو جو شخص سامنے ہو لگتا ہے اسی کو سجدہ کر رہی ہوں۔ نماز کے دوران کھڑی ہوں تو سجدہ والے جگہ پر کتے کی شکل بن جاتی ہے۔ مجھے ہر وقت ڈر لگا رہتا ہے جس کی وجہ سے میرا کسی کام میں دل نہیں لگتا سکون ختم ہوگیا ہے۔ خدارا! مجھے بتائیں کہ میں کیا کروں؟؟؟ آپ میرے لیے دعا کریں اور مجھے کچھ پڑھنے کیلئے بھی بتائیں میری رہنمائی کریں کہ وہ کالی چیز میرا پیچھا چھوڑ دے اور میری زندگی پرسکون ہو جائے۔ ہمارے گھر سے تعویذ بھی نکلے تھے کوئی علاج کرنے والا نہیں مل رہا، میں بہت بیمار رہی اور کاروبار بھی تباہ ہوتا جا رہا ہے۔

حکیم ریاض حسین، مکڑوال میانوالی

مومنین کی چھ صفات وخصال

حضور ﷺ نے فرمایا کہ اگر تم بستر پر لیٹتے وقت سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پڑھ لو تو موت کے سوا ہر چیز سے امن میں رہو

ان آیات میں مومنین کی کچھ صفات و خصال بیان کی گئی ہیں: ☆خشوع وخضوع سے نمازیں پڑھنا یعنی بدن اور دل سے اللہ کی طرف جھکنا۔

☆باطل، لغو اور نکمی باتوں سے علیحدہ رہنا۔

☆زکوٰۃ یعنی الٰہی حقوق ادا کرنا۔

☆اپنے بدن، نفس اور مال کو پاک رکھنا۔

☆امانت اور عہد پیماں یعنی قول وقرار کی حفاظت کرنا، گویا معاملات کو درست کرنا/رکھنا۔

☆اور آخر میں پھر نمازوں کی پوری طرح حفاظت کرنا کہ اپنے وقت پر آداب وشروط کی رعایت کے ساتھ ادا ہوں۔

اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ نماز کا حق تعالیٰ کے یہاں کیا درجہ ہے اور کس قدر مہتم بالشان چیز ہے کہ اس سے شروع کر کے اسی پر ختم کیا۔ (فوائد عثمانی)

یہ ہے جنت کا مومنین کے نام پیغام جو خوش نصیب اس پیغام کو قبول کرے گا اور مذکورہ بالا چھ صفات اور خصلتوں کو اپنائے گا انشاء اللہ العزیز وہ جنت الفردوس کا ضرور وارث ہوگا۔

موت کے سوا ہر چیز سے حفاظت کا نبوی ﷺ نسخہ

مسند بزاز میں حدیث ہے کہ حضور ﷺ نے فرمایا کہ اگر تم بستر پر لیٹتے وقت سورۂ فاتحہ اور سورۂ اخلاص پڑھ لو تو موت کے سوا ہر چیز سے امن میں رہو۔

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں، مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب وحکمت کا علم سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہٰذا جو فرد سیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں، پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط وکتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ (بندہ حکیم محمد طارق محمود مجذوبی چغتائی)

متکبر کا تھپڑ اور غریب کی بد دعا

سید واجد حسین بخاری‘ احمد پور شرقیہ

وہ شخص ایک ہفتہ بعد موٹر سائیکل پر سوار ہو کر گھر آ رہا تھا کہ پیچھے سے ٹرک نے ٹکر ماردی۔ وہ سیدھا سڑک پر گرا اور سر میں شدید چوٹ آئی اور بیہوش ہوگیا۔ ہسپتال لے گئے‘ دماغی چوٹ شدید تھی‘ ہوش تو آگیا مگر پورا جسم مفلوج ہوگیا۔

یہ دنیا مکافات کا عمل ہے اللہ کا نظام چل رہا ہے جو کسی سے ذرہ برابر بھی زیادتی کرتا ہے اس کو اس کا بدلہ ہر حال میں چکانا ہوتا ہے مگر ہم اس طرف توجہ نہیں دیتے اور ہم معمولی واقعہ سمجھ کر بھول جاتے ہیں کہ اس کے کیا اثرات مرتب ہوتے ہیں مگر جب اللہ کا حکم چلتا ہے تو ظالم کو کہیں جگہ نہیں ملتی اور جلدی معافی بھی نہیں ملتی۔ جب تک وہ شخص معاف نہ کردے جس کے ساتھ زیادتی ہوئی ہے اس وقت تک سزا کا سلسلہ چلتا رہتا ہے اس طرح کے کئی واقعات ہماری آنکھوں کے سامنے ہوتے ہیں۔

ہمارے علاقے میں ایک شخص رہتا ہے۔ ساری عمر محکمہ پولیس کے بہت بڑے دفتر میں بطور سپرنٹنڈنٹ زندگی گزاری۔ کیونکہ صاحب کے ساتھ خصوصی تعلق تھا اس لیے تمام پولیس والے اور علاقے کے لوگ بھی ڈرتے تھے کیونکہ وہ صاحب کو کہہ کر ماتحت افسران کو ذلیل وخوار کراتا تھا جبکہ عوام الناس کے ساتھ سیدھے منہ بات بھی نہیں کرتا تھا۔ اگر کوئی شخص اس کے سامنے کسی بات کی وضاحت کرنے کی کوشش کرتا تھا تو اس کو غصہ آجاتا تھا اور وہ بلاوجہ تھپڑ مارنا شروع کردیتا تھا۔ پیسہ کی فراوانی تھی۔ اقتدار عروج پر تھا وہ انسان کو انسان نہیں سمجھتا تھا گردن ہر وقت اکڑی رہتی تھی ناک پر مکھی نہیں بیٹھنے دیتا تھا۔ ہے تو یہ محاورہ مگر وہ حقیقتاً ایسا ہوگیا تھا۔ اگر کسی وجہ سے مکھی اس کے دفتر میں آجاتی تھی وہ چپڑاسی کو تھپڑ مارنے لگتا تھا کہ تم کہاں تھے کہ مکھی دفتر میں کیوں گھس آئی ہے۔

اس دوران مدت ملازمت ختم ہوگئی موصوف ریٹائر ہوکر گھر آگئے مگر اکڑ ختم نہ ہوئی۔ اب بھی بات بات پر تھپڑ مارنا شروع کردیتا تھا۔ تمام گھر والے اس کے اس رویہ سے تنگ تھے اور اس کو سمجھاتے تھے کہ تم کھلم کھلا عذاب خداوندی کو دعوت دیتے ہو اور تھپڑ مارنا غرور اور تکبر کی علامت ہے اور غرور اللہ پاک کو سخت ناپسند ہے مگر دولت اور ہر جگہ ''واہ واہ'' کہنے کی وجہ سے اس کی آنکھوں پر پٹی بندھی ہوئی تھی ایک دن صبح دروازہ پر گھنٹی بجی۔ باہر دیکھا تو اس کا غریب سید ہمسایہ کھڑا تھا اور کوئی بات کہنا چاہتا تھا وہ شخص بلاوجہ الجھنے لگا کہ گھنٹی کیوں بجائی ہے اور تھپڑ مارنے لگا۔ دیگر ہمسائیگان بھی آگئے اور اس شخص کو منع کیا کہ اس غریب سید کو بلاوجہ تھپڑ نہ مارے مگر وہ باز نہ آیا۔ غریب سید تھپڑ کھا کر چلا گیا اور صرف اتنا کہا کہ ''خدا پوچھے گا''۔

وہ شخص ایک ہفتہ بعد موٹر سائیکل پر سوار ہو کر گھر آرہا تھا کہ پیچھے سے ٹرک نے ٹکر ماردی۔ وہ سیدھا سڑک پر گرا اور سر میں شدید چوٹ آئی اور بیہوش ہوگیا۔ ہسپتال لے گئے‘ دماغی چوٹ شدید تھی‘ ہوش تو آگیا مگر پورا جسم مفلوج ہوگیا۔ صرف آنکھیں کھلی ہوئی تھیں اور سانس چل رہی تھی‘ خود کھا پی نہیں سکتا تھا۔ ہاتھ ہلا نہیں سکتا تھا جس ہاتھ سے تھپڑ مارا تھا اس ہاتھ نے کام کرنا چھوڑ دیا۔ اپنے منہ پر بیٹھی مکھی نہیں ہٹا سکتا تھا۔ پیشاب‘ پاخانہ کا پتہ نہیں چلتا تھا کہ کب پیشاب و پاخانہ نکل گیا ہے جب بو آتی تھی تب بیٹوں کو پتہ چلتا تھا کہ پاخانہ کردیا ہے۔ نہ کھانے کا ہوش‘ نہ کپڑے پہننے کا ہوش‘ صرف ایک زندہ لاش کی مانند ہوگیا‘ نہ دن کا پتہ نہ رات کا علم‘ نہ روشنی کا پتہ نہ اندھیرا معلوم‘ نہ ذائقہ کا پتہ نہ غذا کی پہچان۔ کوئی پتہ نہ چلتا تھا کہ میرے سامنے کون کھڑا ہے‘ زبان ہل نہیں سکتی تھی‘ زبان ایک لفظ بھی ادا نہ کرسکتی تھی اور ہاتھ ایک اشارہ بھی نہیں کرسکتا تھا۔ صرف آنکھوں سے ہروقت آنسو رواں رہتے تھے۔ اگر معافی مانگنا چاہتا تھا تو زبان ساتھ نہیں دیتی تھی اگر ہاتھ جوڑ کر معافی مانگنا چاہتا تو ہاتھ ساتھ نہیں دیتے تھے۔ ایک ایک لمحہ بہت بھاری تھا ایک ماہ گزرا‘ ایک سال گزرا‘ اسی حالت کو چلتے چلتے نو سال بیت گئے‘ گھر والے تنگ آگئے‘ سردیوں میں یہ احتیاط کہ کہیں ٹھنڈ نہ لگ جائے‘ کہیں ایسی غذا نہ چلی جائے جوری ایکشن ہوجائے اور دست لگ جائیں‘ نو سال بہت بڑا عرصہ ہے لیکن نو سال جب ایک ایک لمحہ کا حساب لے کر گزرے تو گزارنا بہت مشکل ہوجاتا ہے۔ وہ غریب ہمسایہ اکثر باہر سے خیریت پوچھ کر چلا جاتا تھا۔ نو سال بعد اس غریب نے کہا کہ میں اندر آنا چاہتے ہوں بادل نخواستہ اس غریب ہمسائے کو گھر کے اندر اس کمرے میں لے گئے جہاں وہ شخص لیٹا ہوا تھا جیسے ہی غریب ہمسایہ نے اس کو دیکھا تو اس کی دھاڑ نکل گئی اور بہت رونے لگا اور جھولی پھیلا کر اللہ سے فریاد کرنے لگا کہ اے اللہ میں نے اس کو معاف کردیا ہے اے اللہ! تو بھی معاف کردے‘ گڑگڑا کر معافی مانگنے لگا‘ اپنے لیے اور اس شخص کیلئے۔ حتیٰ کہ عصر سے مغرب کا وقت ہوگیا۔ وہ غریب ہمسایہ بھی روتا رہا اور اس شخص کی آنکھوں سے بھی آنسو رواں رہے۔ لیکن اس کی آنکھوں سے لگتا تھا کہ وہ بھی معافی مانگ رہا ہے۔ مغرب کی اذان کے وقت غریب روتا ہوا باہر آگیا۔ رات کے کسی پہر اس شخص کی آنکھ کھلی تو اسے پہلی دفعہ محسوس ہوا کہ پیشاب آرہا ہے اور پہلی دفعہ یہ خواہش پیدا ہوئی کہ وہ خود اٹھ کر پیشاب کرآئے اور اس نے نو سال بعد خود بستر سے اٹھنے کی کوشش کی۔ اٹھنے کی کوشش میں ٹانگیں کانپنے لگیں اور وہ اٹھ کر کھڑا ہوگیا اور بچوں کو آواز دی تو آواز بھی مکمل نکل رہی تھی اس شخص نے رونا شروع کردیا اور سجدہ میں گر گیا کہ وہ چل بھی سکتا ہے اور بول بھی سکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے اسے معافی دیدی ہے اور تمام اوسان بحال کردیئے ہیں اور اعضاء نے کام کرنا شروع کردیا ہے۔

یہ سچ ہے کہ شفاء کا نظام اللہ کے پاس ہے جب اوپر سے معافی کے دروازے کھلتے ہیں تو تمام کام خودبخود ہونا شروع ہوجاتے ہیں۔ مگر ہم نے الٹ سمجھ رکھا ہے کہ شفاء دواؤں میں ہے انسان یہ سمجھتا ہے کہ میں ہی سب کچھ ہوں‘ میں نے مرنا نہیں ہے‘ قبر روزانہ صدا دیتی ہے ہمیں پکارتی ہے‘ مگر ہم سب اندھے ہوچکے ہیں۔ یہ حقیقت ہے کہ حقوق اللہ تو اللہ کی رحمت سے معاف ہوسکتے ہیں مگر حقوق العباد اس وقت تک معاف نہیں ہوں گے جب تک وہ شخص معاف نہ کردے جس سے ہم نے زیادتی کی ہے۔ اب بھی وقت ہے ہم اللہ تعالیٰ سے اور اس شخص سے معافی مانگ لیں جس کے ساتھ ہم نے زیادتی کی ہے۔

شہد سے فالج کا کامیاب علاج

یہ نسخہ بلغمی فالج کیلئے نہایت مفید اور مجرب ہے۔ **ھوالشافی:** شہد خالص‘ عرق ادرک‘ عرق پیاز ہم وزن ملا کر بوتلوں میں ڈال دیں۔ بوتلوں کا چوتھا حصہ خالی رہے اور تین دن کے بعد استعمال میں لائیں۔ **خوراک:** فالج اور لقوہ کیلئے یہ دوا 6 ماشہ سے پینی شروع کریں اور بقدر برداشت ہر روز بڑھاتے جائیں۔

باغات کا خالص شہد قارئین کی سہولت کو مدنظر رکھتے ہوئے ایک کلو اور 330 گرام کی لاجواب پیکنگ میں دستیاب ہے۔

330 گرام کی پیکنگ صرف -/200 روپے۔

ایک کلو: -/600 روپے۔

شہد کے مزید حیرت انگیز فوائد کے لئے ادارہ ''عبقری'' کی **''شہد کی کرامات''** کتاب کا مطالعہ ضرور فرمائیں۔

قارئین کے سوال قارئین کے جواب

قارئین! زیرنظر سلسلہ دراصل قارئین کے سوالات کیلئے ہے اور اس کا جواب بھی قارئین ہی دیں گے۔ آزمودہ ٹوٹکہ' تجربہ' کوئی فارمولہ آپ صفحے کے ایک طرف ضرور تحریر کریں یہ جوابات ہم رسالے میں شائع کرینگے۔ کوشش کریں آپ کے جوابات 20 تاریخ سے پہلے پہنچ جائیں۔

نومبر کے جوابات

1۔آپ یَاخَالِقُ یَامُصَوِّرُ یَاجَمِیْلُ ہر وقت کثرت سے پڑھیں۔عبقری کے اندر اس کے اوپر مکمل مضمون شائع ہو چکا ہے۔ یہ میرا خود کا ذاتی آزمودہ ہے آپ حیران رہ جائینگی۔ضرور کیجئے اور مجھے دعاؤں میں یاد رکھیں۔ **(شمائلہ' لاہور)**

☆ آپ تازہ ایلوویرا یعنی گھیگوار کا ٹکڑا لے کر اس کا گودا نکال کر چہرے پر مساج کریں اور کم از کم دو گھنٹے تک چہرہ نہ دھوئیں بہتر ہے کہ رات کو لگا کر سو جائیں اس کے ساتھ ساتھ اگر صبح ایک چھوٹا سا ٹکڑا ہلکا نمک لگا کر اگر کھا سکیں تو استعمال کریں۔ بہت مفید اور زبردست ٹوٹکہ ہے۔ **(حکیم کاشف' راولپنڈی)**

2۔محترمہ گناہوں سے نفرت اور توبہ کیلئے سب سے بڑی چیز نماز ہے جس کی آپ پابندی کریں اور 45 دن تک ہر نماز کے بعد یَاحَمِیْدُ 93 مرتبہ پڑھا کریں۔اول و آخر گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف پڑھیں اور رات کو سوتے وقت تین مرتبہ سورۃ الھب پڑھ کر سوئیں اور اپنے اوپر دم کریں۔انشاء اللہ دل گناہوں سے نفرت اور نیکی کی طرف مائل ہوگا۔ **(سید بشیر علی حیدر' بھکر)**

3۔اگر مقدمہ جھوٹا ہے اور آپ حق پر ہیں تو اس وظیفہ کو اٹھتے بیٹھتے کثرت سے پڑھیں انشاء اللہ 90 دن میں آپ کو کامیابی و کامرانی کے واضح رزلٹ ملنا شروع ہو جائیں گے۔ یہ وظیفہ انتہائی مجرب ہے۔بسم اللہ الرحمن الرحیم ویحق اللہ الحق بکلمتہ ولو کرہ المجرمون '' (یونس 82) کو کثرت سے پڑھیں۔ **(نام نہیں لکھا)**

4۔آپ روغن بادام روغن زیتون اور روغن کلونجی ہموزن لے کر مکس کرلیں اور روزانہ بالوں میں یہ تیل لگائیں آپ کے بالوں کے مسائل حل ہو جائیں گے۔بال مضبوط بھی ہونگے اور ان میں سے خشکی' سکری اور ٹوٹنے کا مسئلہ بھی نہیں رہے گا۔ زیادہ بہتر یہ ہے کہ تینوں تیل علیحدہ علیحدہ رکھیں جتنا تیل لگانا ہو اتنا ہموزن لے کر مکس کر کے لگائیں۔ **(زبیدہ سلیم' ملتان)**

☆ بہن! آپ عبقری کے دفتر سے طب نبوی ہیئر آئل منگوا کر لکھی گئی ترکیب کے ساتھ پابندی سے استعمال کریں یہ

دسمبر کے سوالات

1۔محترم قارئین! میری عمر 17 سال ہے اور میں نے چھ سات ماہ پہلے 10 روپے والی مہندی استعمال کی تھی جو عام گھروں میں استعمال ہوتی ہے۔حکیم صاحب مہندی کے استعمال کرنے کی وجہ سے میرے بال گرنے لگے۔آج 6-5 مہینے ہو گئے ہیں میرے بال گرتے ہوئے۔حکیم صاحب میں نہاتے ہوئے جب شیمپو استعمال کرتا ہوں تب بال گرتے ہیں اور رات کو سوتے وقت اور جب تیل یا کچھ بھی استعمال کرتا ہوں تب بھی بال گرتے ہیں۔ قارئین! میں بہت پریشان ہو گیا ہوں میں نے ڈاکٹر سے بھی دوائی لی تھی۔ کچھ فائدہ نہیں ہوا۔ میں نیم گنجا ہو گیا ہوں اور میرے بال بہت باریک ہیں' ان میں چمک بھی نہیں اور خشکی بھی ہے' لہٰذا آپ سے گزارش ہے کہ کچھ ایسا بتائیں کہ میرے بالوں میں واپس پھر سے جان آجائے۔ **(محمد الیاس)**

2۔محترم قارئین! دو تین سال سے میرے چہرے پر دانے ہی دانے ہو رہے ہیں بہت پریشان ہوں اور دانوں میں درد ہوتا ہے آپ مجھے بتائیں میں کیا استعمال کروں جس سے مجھے فائدہ ہو۔قارئین! میرے ہونٹ بھی بہت کالے ہیں ان کے واسطے کیا استعمال کروں۔ بہت برے لگتے ہیں اور میرا جسم بھی بہت کالا ہو رہا ہے اور کوئی جگہ ٹھیک ہے اور کچھ بہت کالی۔ کیا استعمال کروں جس سے مجھے بہت فائدہ ہو جائے میں قارئین کے جواب کا انتظار کروں گا۔ **(محمد عرفان' ملتان)**

3۔محترم قارئین! سردیوں میں مجھے شدید الرجی ہو جاتی ہے جیسے ہی میرے جسم کو سرد ہوا لگتی ہے میرے جسم پر دانے نکلنا شروع ہو جاتے ہیں' مجھے کوئی نسخہ بتائیں۔ **(رانا طارق' لاہور)**

جوڑوں کے درد کیلئے

خشک ناریل کے آدھے پیس کو اسپغول سے فل بھر لیں اس کے بعد اس کے گرد چاروں طرف سے آٹا لیپ دیں۔ اس کے بعد اس کو فرائی کر کے جب براؤن کلر آجائے تو کوٹ لیں یہ باریک پاؤڈر نما ہو جائے گا تو روزانہ ایک چمچ کھائیں بہت جلد اثر ہوگا۔ **(عظمیٰ عبدالستار' سکھر)**

مناقب صحابہؓ و اہل بیتؓ

قسط نمبر

حضرت ابو رافع بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے حضرت علی رضی اللہ عنہ سے فرمایا: بے شک پہلے چار اشخاص جو جنت میں داخل ہوں گے وہ میں' تم' حسن اور حسین ہوں گے اور ہماری اولاد ہمارے پیچھے ہوگی (یعنی ہمارے بعد وہ داخل ہوگی) اور ہماری بیویاں ہماری اولاد کے پیچھے ہوں گی (یعنی ان کے بعد جنت میں داخل ہوں گی) اور ہمارے چاہنے والے (ہمارے مددگار) ہماری دائیں جانب اور بائیں جانب ہوں گے۔'' **(امام طبرانی)**

حضرت ابان بن عثمان رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نے حضرت عثمان بن عفان رضی اللہ عنہ کو فرماتے ہوئے سنا کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: جس شخص نے اولاد عبدالمطلب میں سے کسی کے ساتھ کوئی بھلائی کی اور وہ اس کا بدلہ اس دنیا میں نہ چکا سکا تو اس کا بدلہ چکانا کل (قیامت کے روز) میرے ذمہ ہے جب وہ مجھ سے ملاقات کرے گا۔ **(طبرانی)**

حضرت انس رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میرے رب نے مجھ سے میرے اہل بیت کے بارے میں وعدہ کیا ہے کہ ان میں سے جو بھی میری توحید کا اقرار کرے گا اسے یہ بات پہنچا دی جائے کہ اللہ تعالیٰ اسے عذاب نہیں دے گا۔'' **(حاکم)**

حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ حضور نبی اکرم ﷺ نے فرمایا: میرے اہل بیت کی مثال حضرت نوح علیہ السلام کی کشتی کی سی ہے جو اس میں سوار ہو گیا وہ نجات پا گیا اور جو اس سے پیچھے رہ گیا وہ غرق ہو گیا۔

حضرت عباس بن عبدالمطلب رضی اللہ عنہما سے مروی ہے کہ میں نے بارگاہ رسالت ﷺ میں عرض کیا: یارسول اللہ ﷺ! قریش جب آپس میں ملتے ہیں تو حسین مسکراتے چہروں سے ملتے ہیں اور جب ہم سے ملتے ہیں تو ایسے چہروں سے ملتے ہیں جنہیں ہم نہیں جانتے (یعنی جذبات سے عاری چہروں کے ساتھ) حضرت عباس رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں: حضور نبی اکرم ﷺ یہ سن کر شدید جلال میں آگئے اور فرمایا: اس ذات کی قسم! جس کے قبضہ قدرت میں میری جان ہے کسی بھی شخص کے دل میں اس وقت تک ایمان داخل نہیں ہو سکتا جب تک اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول ﷺ اور میری قرابت کی خاطر تم سے محبت نہ کرے۔ **(احمد' نسائی' حاکم)**

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

ارادے سے باز

خواب: میں نے دیکھا کہ میرے پرانے سکول کی ایک لڑکی آرہی ہے میں اس کو پسند کرتا ہوں پھر دیکھا کہ سکول کے برآمدے میں بہت سے لوگ کھانا کھارہے ہیں میں اور میرا ایک کزن بھی کھارہے ہیں' سکول کے ایک کمرے سے مجھے اس لڑکی کی باتیں کرنے کی آواز آتی ہے میں پھر اسے دیکھنے کیلئے جاتا ہوں' کمرے کا دروازہ بند ہوتا ہے میں کوشش کرتا ہوں اسے دیکھنے کی مگر وہ نظر نہیں آتی ہے کمرے کے قریب ہی لڑکی کا بھائی کھڑا ہوتا ہے میں اس سے پانی مانگتا ہوں وہ مجھے پانی دیتا ہے مگر پانی تھوڑا گرم ہوتا ہے' ایک دو گھونٹ پینے کے بعد میں پانی پھینک دیتا ہوں۔ واپس اپنی جگہ آتا ہوں جہاں ایک جگ پانی اور ایک گلاس رکھا ہوتا ہے میں پانی پینے بیٹھ جاتا ہوں مگر دیکھتا ہوں کہ یہ جگہ تو میری نہیں ہے پھر دیکھا کہ ہمارے کچھ عزیز آئے ہوئے ہیں میں خوشی سے ان سے ہاتھ ملاتا ہوں وہ مجھے مٹھائی دیتے ہیں اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(محمد سہیل' اسلام آباد)**

تعبیر: آپ کے حق میں وہ لڑکی اور اس کے رشتے دار عزت و رحمت کا باعث نہیں ہونگے بلکہ مستقل ذہنی اذیت کا آپ شکار رہیں گے اس لیے اس ارادے سے باز آجائیں۔

رشتہ آپ کو خوشیاں نہ دے سکتا تھا

خواب: میرے بارے میں میری ایک سہیلی نے خواب دیکھا کہ میری شادی میرے گھر والے ایک شخص جسے وہ بھی جانتے ہیں' کررہے ہیں اور میں رو رہی ہوں' یہ ہی خواب اس نے مسلسل تین رات اسی طرح دیکھا' میری سہیلی چوتھے روز بڑی پریشانی میں میرے پاس آئی' مجھ سے پوچھا کہ کیا معاملہ ہے میں بہت ہنسی کیونکہ ایسا کوئی قصہ نہیں تھا۔ اس کے تین چار ماہ گزرے ہونگے اسی طرف سے رشتہ آیا مگر شادی نہیں ہوسکی۔ **(سویرا' لاہور)**

تعبیر: آپ کا وہاں رشتہ نہ ہوا' بہت اچھا ہوا' کیونکہ وہ رشتہ آپ کو خیر و خوشیاں نہ دے سکتا تھا' اس لیے ہرگز پریشان نہ ہوں بلکہ کسی بھی نیک رشتے کو قبول کرلیں۔

اچھے انگور

خواب: میرے گھر کے ایک کمرے میں انگور لگے ہوئے تھے' میں نے بہت کوشش کی کہ انگور توڑوں مگر میرا ہاتھ وہاں تک نہیں پہنچ سکا۔ پھر میری خالہ اور اس کے دیور کی بیٹیاں (خالہ کا گھر میرے گھر کے ساتھ ہے) میرے میکے گئی تھیں جب وہ واپس آئیں تو میری خالہ بہت خوش تھیں اور کہہ رہی تھیں کون کہتا ہے کہ خدا نہیں دیتا خدا جب بھی دیتا ہے تو ایسے ہی دیتا ہے چھپڑ پھاڑ کے۔ تمہاری ساس اپنے بیٹے کا رشتہ میری بیٹی کیلئے لائی ہیں وہ بہت خوش تھیں اور بار بار یہی کہہ رہی تھیں کہ دیور کی بیٹیاں بھی بہت خوش تھیں۔ خالہ کہہ رہی تھیں کہ اب مہندی کی رسم ہوگی منگنی کی تیاری ہوگی۔ یہ سن کر میں بہت روتی ہوں اور کہتی ہوں کہ ساس بیٹے کا رشتہ خالہ کے گھر کیوں لے گئی میری بہن کیلئے رشتہ کیوں نہیں بھیجا۔ پھر میری دو بہنیں آتی ہیں تو میں کہتی ہوں کہ تمہیں پتہ ہے میری ساس خالہ کے گھر رشتہ لے گئی ہیں۔ میں افسوس کرکے پھر روتی ہوں۔ میری بہن کہتی ہے تم کچھ نہ کہو تمہاری جٹھانی نے اس دن کہا تھا کہ تم دیور سے جلتی ہو۔ میں نے کہا میں نے کبھی اس کے سامنے یہ بات نہیں کی۔ پھر لڑکے کی ممانی کی بیٹی اور بیٹا آجاتے ہیں میں ان سے کہتی ہوں کہ آپ کو پتہ ہے میرے دیور کا رشتہ خالہ کی بیٹی کے ساتھ ہوچکا ہے۔ بیٹی بہت غصے میں لگتی ہے اور کہتی ہے نہیں' ہمیں کون بتائے گا۔ میں پوچھتی ہوں کہ آپ کی امی نہیں آئیں وہ کہتی ہے نہیں' وہ ناراض ہیں۔ پھر میں ممانی کے بیٹے سے کہتی ہوں وہاں کمرے میں بہت اچھے انگور لٹک رہے ہیں میں نے توڑنے کی بہت کوشش کی مگر میرا ہاتھ نہیں پہنچ سکا۔ اس نے کہا آؤ میں تمہیں توڑ کے دیتا ہوں جب ہم کمرے کے دروازے پر پہنچ جاتے ہیں تو میری آنکھ کھل جاتی ہے۔ **(شائستہ' شیخوپورہ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کی بہن کے رشتے میں رکاوٹ حائل ہے۔ آپ بعد نماز عشاء گیارہ سو گیارہ بار "**یَـالَطِیْفُ**" پڑھ کر دعا کرلیا کریں۔ اول آخر گیارہ مرتبہ درود شریف ضرور پڑھ لیا کریں۔

بیٹے کا قاتل

خواب: میں اور میرا دوست عبدالسلام کہیں جارہے ہیں کہ راستے میں ایک کتا نظر آتا ہے۔ میرا دوست مجھے کہتا ہے کہ واصف مجھے لگتا ہے کہ کتا پاگل ہے' اس سے بچنا ہوگا۔ میں نے کہا کہ ٹھیک ہے۔ کتا جب نزدیک آیا تو میں بھاگتا ہوں' کتا میرا پیچھا کرنا شروع کردیتا ہے' میرا دوست وہیں کھڑا رہا جہاں سے میں بھاگا تھا' میں بھاگتا رہا لیکن کتے نے میرا پیچھا نہ چھوڑا جب میں نے سمجھا کہ کتا اب مجھے کاٹ لے گا تو میں نے بندوق سے کتے کو ماردیا حالانکہ بندوق میرے پاس موجود نہ تھی' پتہ نہیں کہاں سے ملی' جب کتا مرگیا تو آدمی اکٹھا ہونا شروع ہوگئے' جب کچھ لوگ اکٹھے ہوئے تو مجھے کہنے لگے کہ شریف تو پاگل تو نہیں ہوگیا' میں نے کہا کیوں؟

تو وہ لوگ رونے لگے ان لوگوں نے دوبارہ مجھے کہا کہ تو پاگل ہوگیا ہے۔ میں نے کہا میں کیسے پاگل ہوگیا ہوں؟ تو انہوں نے کہا کہ پاگل نہیں تو اور کیا ہے تو نے اپنے بیٹے کو ماردیا ہے۔ جب ان لوگوں نے یہ بات کہی تو میرے ہوش اڑ گئے میں نے کہا یہ آپ کیا کہہ رہے ہو؟ تو انہوں نے کہا کہ ہاں ہم ٹھیک کہہ رہے ہیں میں نے کہا کہ میں نے تو کتے کو مارا ہے۔ انہوں نے کہا کہ یہ کتا نہیں تھا تیرا بیٹا تھا تو میں واپس اپنے دوست کے پاس پہنچا جو میرے ساتھ تھا جس نے کہا تھا کہ کتے سے بچنا ہے۔ دوست نے بھی کہا واصف تو نے بہت غلط کیا ہے میں نے دوست سے کہا یہ تو کہہ رہا ہے تو اس نے کہا ہاں میں کہہ رہا ہوں۔ مجھے بہت خوف محسوس ہونے لگا کتے کو دیکھنا یاد ہی نہ رہا کہ دیکھوں کتا ہے یا میرا بیٹا اور اسی خوف سے میری آنکھ کھل گئی۔ **(محمد شریف' لاڑکانہ)**

تعبیر: آپ کے خواب کے مطابق آپ کے کچھ دوست نما دشمن آپ کے گھر کو برباد کرنے کی کوشش میں مصروف ہیں۔ آپ ہر فیصلہ اچھی طرح سوچ سمجھ کر کیا کریں اور سنی سنائی باتوں کا اعتبار نہ کیا کریں۔ پانچ وقت نماز کی پابندی لازمی کریں اور ہر نماز کے بعد 21 بار **یَاهَادِیُ یَاحَفِیْظُ** پڑھ لیا کریں۔

جادو کے اثرات سے نجات

جس کو جادو کے اثرات ہوں وہ بیری کے سات سبز پتوں کو پیس لے اور اتنا پانی ڈالے کہ غسل کیلئے کافی ہو پھر آیۃ الکرسی' سورۃ البقرہ کی آخری آیات' سورۂ کافرون' سورۂ طارق اور معوذتین نیز آیت اعراف 117 سے 119 سورۂ یونس آیت 79 تا 82 اور طٰہٰ 45 تا 49 بھی پڑھے اور دم کرکے مریض تین دفعہ پیے اور باقی پانی سے غسل کرے۔ انشاءاللہ بیماری ختم ہوجائے گی۔

(اہلیہ فہیم' گلشن راوی)

ایک دکھیاری ماں اور نافرمان بیٹا

سیدہ عالیہ افزاء بخاری' ٹوبہ ٹیک سنگھ

ہمارے جاننے والے ایک گاؤں میں رہتے ہیں ایک بیٹا اُس کی بیوی دو بچے اور ایک بوڑھی ماں ہے' ماں کا ایک ہی بیٹا ہے۔ ایک سوتیلی بیٹی تھی جو بیٹے سے بڑی ہے' شادی شدہ خوشحال زندگی گزار رہی ہے بیٹا ایک ہونے کی وجہ سے لاڈلا تو تھا

ماں تو ماں ہوتی ہے چاہے پرندے جانور کی ہو یا انسان کی محبت کا بہترین نمونہ' سراپا شفقت اور بس مقبول دعا ہی دعا جس کی زبان سے ہمیشہ اپنے بچے کیلئے خیر و عافیت' درازی عمر اور ترقی کیلئے دعا نکلتی ہے جو اپنی اولاد کی ذرا سی تکلیف برداشت نہیں کرسکتی جو زمانے کی تلخیوں پریشانیوں سے اپنے بچے کو محفوظ دیکھنا چاہتی ہے اس ماں کی اولاد اس طرح کی بھی نکل سکتی ہے...... پڑھیے! اور اگر آپ بھی نافرمان ہیں تو اُس ماں سے جس کے پاؤں تلے جنت کی بشارت ہمارے آپ کے اور سب کے پیارے آقائے نامدار سرکار حضرت محمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم نے دی معافی مانگیں اور تابعداری کریں۔

ہمارے جاننے والے ایک گاؤں میں رہتے ہیں ایک بیٹا اُس کی بیوی دو بچے اور ایک بوڑھی ماں ہے' ماں کا ایک ہی بیٹا ہے۔ ایک سوتیلی بیٹی تھی جو بیٹے سے بڑی ہے' شادی شدہ خوشحال زندگی گزار رہی ہے بیٹا ایک ہونے کی وجہ سے لاڈلا تو تھا ہی مگر نافرمان بھی انتہا کا ہے' ماں سے تو جیسے اس قدر نفرت کرتا ہے کہ ایک مرتبہ گھر سے ہی نکال دیا...... اُس کی بیوی ساس کو کھانا دینا باعث اذیت سمجھتی ہے گھر میں گوشت آئے تو بہو سارا گوشت سمیٹ کر میکے گھر جو قریبی گاؤں میں ہے لے جاتی ہے اور کھا پکا کر خالی ہاتھ لوٹ آتی ہے۔ بہو کے میکے والے آئیں تو بیٹا ہاتھ پاؤں بچھا دیتا ہے خدمت میں کوئی کسر نہیں چھوڑتا' ماں یہ کہہ دے کہ بیٹی پیالی دھو کر چائے ڈالنا تو سو سو باتیں سننا پڑتی ہیں اور بیٹا ماں کو بُرا بھلا کہہ کر قطع تعلق کر لیتا ہے' سوتیلی بیٹی بہت اچھی ہے' ماں سے کہتی ہے کہ امی آپ میرے پاس آجائیں اور خدمت کروائیں مگر ماں اس وجہ سے نہیں جاتی کہ لوگ کہیں گے کہ بیٹی کے گھر قبضہ کرنے آگئی ہے' جب بیٹے نے ماں کو گھر سے نکالا تھا تو وہ اپنے بھائی کے گھر آگئی تھی اور کافی عرصہ گزرا پھر بیٹے نے لوگوں کی باتوں کے ڈر سے ماں کو بلایا لیکن نافرمانی یونہی برقرار رہی' بیچاری ماں اپنا دکھ ہماری جاننے والی ایک عورت ہیں انہیں سنا کر دل کا بوجھ ہلکا کر لیتی ہے لیکن قدرت کا انتقام تو ابھی سے شروع ہے ماں کے پوتے جو ابھی چار پانچ سال کے ہی ہیں اتنی غلیظ گالیاں اپنی ماں کو بکتے ہیں کہ اس کا جینا حرام کر دیتے ہیں مگر افسوس کہ بہو اور بیٹا سمجھتے ہی نہیں...... نہ جانے یہ کب ختم ہوگا' کب ماں کو اس کی قربانیوں کا صلہ ملے گا...... بیٹا یہ کیوں بھول جاتا ہے کہ یہ ماں ہی تو ہے جو اسے بچپن کی انتہا سے لیکر بھرپور جوانی تک پالتی رہی ہے خود بھوکی رہ کر بھی بیٹے کا پیٹ بھرتی رہی ہے پھر اس کے ناز نخرے اٹھانا اس کی واپسی تک بے چین رہنا' دعائیں مانگنا...... کیوں بیٹا اپنی دنیا بسا کر اس عظیم رشتے کو بھول جاتا ہے' بیٹے کی شادی اپنے تمام چاہتوں کے ساتھ کر کے بہو لاتی ہے وہ بہو کیوں بھول جاتی ہے کہ جس طرح اسے اپنی ماں عزیز ہے اس کے شوہر کو بھی تو ماں عزیز ہی ہونی چاہیے بہو ماں سے اس کا بیٹا دور کر دیتی ہے کیوں ساس کا تھوڑا سا رعب اور تھوڑی سی ڈانٹ اس کیلئے ناقابل برداشت ہوتی ہے بھلے ہی اپنی ماں سے مار بھی کھا لیتی ہو ساس کو کھانا دینا کیوں مشکل لگتا ہے حالانکہ ماں کے گھر وہ سارا گھر سنبھالتی تھی ماں کی خدمت کرتی تھی اب ایک ساس ناقابل برداشت ہے اپنے میکے میں بہن بھائیوں سے ہر طرح کی باتیں سن لیتی تھی اب ساس کا ذرا سا بولنا گوارا نہیں آخری اور حتمی بات کہ اگر بیٹا اچھا ہو تو بہو کبھی بھی غلط نہیں نکل سکتی۔

اشعار لکھنے کے سبب مغفرت

ایک اللہ والے کی وفات کا وقت قریب آیا تو انہوں نے یہ اشعار کہے' پھر کہا شاید میری مغفرت ہو جائے۔

یارب تیری رحمت کا اُمیدوار آیا ہوں
منہ ڈھانپے کفن سے' شرمسار آیا ہوں
چلنے نہ دیا بار گناہ نے مجھ کو پیدل
اس لیے کندھوں پر ہو کر سوار آیا ہوں

کسی نے خواب میں دیکھا' پوچھا کیا حال ہے؟ فرمایا فضل ذوالجلال ہے' ان اشعار کی وجہ سے رحمت رب غفار کو جوش آیا اور مجھے معاف کر دیا اور میری قبر کو جنت کا باغ بنا دیا۔

(محمد مظہر حسین' جہانیاں)

عبقری نے مجھے کیا دیا

ڈاکٹر ظفر حمید ملک' اٹک

عبقری ایک ایسا ماحول فراہم کرتا ہے کہ جس میں روحانیت بھی ہے اور علاج بھی...... ایک دنیا بھی ہے اور ایک دینی ماحول بھی

عبقری نے مجھے پہچان دی' ایسی پہچان دی جو پہلے نہ تھی مجھے کسی کام سے اپنے رشتے داروں کے گھر ساہیوال جانا پڑا۔ ویسے میرا تعلق اٹک سٹی سے ہے' خیر میں وہاں گیا تو ایک محفل میں اپنا تعارف کرانا پڑا جب میں نے بتایا کہ میں اٹک سے ہوں اور ڈاکٹر ظفر ہوں تو ایک صاحب فرمانے لگے کیا آپ وہی نہیں جو عبقری میں لکھتے ہیں؟ آپ یقین کریں میں حیران رہ گیا کہ عبقری کے پڑھنے والے کہاں کہاں ہیں۔ اس سے پہلے کبھی میری پہچان ایسی نہ تھی کیونکہ میں ایک پریکٹیشنر ہومیو ڈاکٹر ہوں یہ ہی میری پہچان تھی مگر جب سے عبقری میں قلم سرائی کرنے لگا ہوں میرے قلم کو ایک طاقت مل گئی ہے گویا میرے لفظوں کو ایک زبان مل گئی میرے ذہن میں لکھنے کیلئے ایسے ایسے خیالات آنے لگے کہ میں خود بھی حیران ہوں مگر یہ سب ہوتا ہے اس وقت جب ایک اسلامی اور پاکیزہ ماحول ملے۔ عبقری ایک ایسا ماحول فراہم کرتا ہے کہ جس میں روحانیت بھی ہے اور علاج بھی...... ایک دنیا بھی ہے اور ایک دینی ماحول بھی...... میرے پاس کئی مریض آتے ہیں اور الحمدللہ شفایابی بھی ہوتی ہے لیکن میں سمجھتا ہوں کہ میری پریکٹس میں بہتری لانے میں عبقری نے بڑا کردار ادا کیا' کئی مریضوں نے آکر بتایا کہ عبقری میں آپ کی فلاں تحریر پڑھی اور کئی مریض جو عبقری سے فیض یاب ہوئے وہ بھی بتاتے ہیں کہ ہمیں فلاں روحانی عمل سے اور نسخے سے کامیابی ملی۔ عبقری ایک اسلامی تربیت گاہ بھی ہے' میرے بچے جو پہلے دوسرے ماہنامہ پڑھتے تھے اب بے چینی سے عبقری کا انتظار کرتے ہیں۔

میں اپنے تمام مریضوں کو دو انمول خزانے فی سبیل اللہ پڑھنے کیلئے دیتا ہوں جو میری ایک اور وجہ شہرت بنا' کئی خاندان اب عبقری کے مستقل قاری ہیں' کئی لوگوں کے دو انمول خزانے کی بدولت کئی مسائل حل ہوئے لوگ پڑھنے کیلئے لے کر جاتے ہیں تو پھر آکر بتاتے ہیں کہ یہ فوائد حاصل ہوئے۔ کئی لوگوں کے جسمانی بیماریوں کے ساتھ ساتھ روحانی مسائل بھی حل ہوئے۔

خواتین پوچھتی ہیں؟

ام اوراق

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کیلئے وقف ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور صفحے کے ایک طرف مکمل لکھیں۔ چاہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں

میرے بچے بہت موٹے ہیں

بچوں کے سر کی جوئیں

مریضوں کیلئے دعا

کھانسی اور دمہ سے نجات

رات کو سوتے وقت آٹھ یا دس لونگ کچی یا بھنی ہوئی کھانے سے کھانسی اور دمہ سے آرام ہو جاتا ہے۔ **(میمونہ، راولپنڈی)**

گاجر کے غذائی اور دوائی فوائد

دلدار خان' کوہاٹ

گاجر کا مربہ دل' دماغ اور قوت مردی کو طاقت دینے میں بے مثال ہے۔جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔☆ اگر گاجر کے بیج ایک تولہ اور گڑ آدھ تولہ آدھ سیر پانی میں جوش دے کر بطور جوشاندہ حیض نہ آنے والی عورت کو پلائے جائیں تو عرصہ سے رکا ہوا حیض کھل جاتا ہے

گاجر ایک ایسی سبزی ہے جو پھلوں میں بھی شمار ہوتی ہے۔ گاجر پکانے' کچی کھانے اور اچار بنانے میں عام استعمال ہوتی ہے۔آج کل اس کا جوس نکال کر پیا جاتا ہے۔اس کی کانجی بھی بنائی جاتی ہے جو کہ عام طور پر کالے رنگ کی گاجروں سے بنتی ہے۔اس کی تین اقسام ہے۔سفید' سرخ' اور شربتی (کالا) گاجر کا حلوہ بھی بنایا جاتا ہے۔

اس کی حسب ذیل خصوصیات اور فوائد ہیں۔

☆ مفرح اور مقوی اعضائے رئیسہ ہے۔☆ گاجر جگر کے سدے کھولتی ہے اور جسم کو طاقت دینے میں لاثانی سبزی ہے۔☆ مادہ تولید کو گاڑھا کرتی ہے اور اس سے پیشاب کھل کر آتا ہے۔☆ مثانہ و گردہ کی پتھری گاجر کے جوس سے ٹوٹ کر خارج ہوجاتی ہے۔☆ گاجر کا حلوہ جسم کو طاقت دیتا ہے دل کے امراض میں مفید ہے' روزانہ گاجر کے جوس کا ایک گلاس پینے سے دل کا عارضہ نہیں ہوتا۔☆ گاجر میں تمام سبزیوں سے زیادہ غذائیت ہوتی ہے۔☆ کچی گاجر کھانے سے بینائی میں اضافہ ہوتا ہے۔☆ گاجر کا حلوہ کھانے سے قوت باہ میں اضافہ ہوتا ہے اور منی گاڑھی ہوتی ہے۔☆ گاجر غریب کا سیب ہے۔☆ گاجر کے بیج بھی بے حد مقوی اعصاب ہوتے ہیں اور مدر بول وحیض کیلئے اس کی خوراک ایک ماشہ سفوف ہمراہ پانی یا دودھ صبح نہار منہ لینی ہوتی ہے۔ ☆ گاجر کا مربہ سونے یا چاندی کے ورق کے ہمراہ کھانے سے بے حد فرحت بخش اور مقوی ہوتا ہے۔☆ گاجر کے جوس کا ایک گلاس ہمراہ چند گری بادام ہر صبح پیا جائے تو بے حد طاقت دیتا ہے اگر سردی زیادہ ہو تو تھوڑا گرم کر کے پیا جائے۔☆ اس سے کانجی بنائی جاتی ہے جو نمکین اور مزیدار مشروب ہے۔کانجی بھوک بڑھاتی ہے اور گرمی کی شدت کو دور کرتی ہے اور کھانا ہضم کرتی ہے۔یوں سمجھیے کہ گرمیوں کا بہترین تحفہ ہے اگر میسر آجائے تو......☆ گاجر کا حلوہ عام طور پر زرد گلابی گاجروں سے بنایا جاتا ہے۔یہ حلوہ ایک سے ڈیڑھ چھٹانک سے زیادہ نہیں کھانا چاہیے کیونکہ پھر وہ دوا نہیں رہتا اور غذا بن جاتا ہے۔☆ گاجر کا حلوہ اگر بعد از جماع کھایا جائے تو جماع کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔☆ گاجر کا حلوہ دماغی' جسمانی اور مردانہ طاقت کیلئے بے حد مفید ہوتا ہے۔☆ گاجر کا اچار بھی مرچ' نمک اور رائی ملا کر بنایا جاتا ہے۔معدہ کو طاقت دیتا ہے اور جگر و تلی کے امراض دور کرنے میں بہترین ہوتا ہے۔کھانا کھاتے وقت اس کا تھوڑا استعمال بہت مفید ہے۔☆ گاجر کا مربہ دل' دماغ اور قوت مردی کو طاقت دینے میں بے مثال ہے۔جسمانی کمزوری کو دور کرتا ہے۔☆ اگر گاجر کے بیج ایک تولہ اور گڑ آدھ تولہ آدھ سیر پانی میں جوش دے کر بطور جوشاندہ حیض نہ آنے والی عورت کو پلائے جائیں تو عرصہ سے رکا ہوا حیض کھل جاتا ہے دوران حیض درد کی صورت میں بھی یہ جوشاندہ بے حد مفید ہوتا ہے۔☆ جس عورت کو بچے کی پیدائش کے وقت تکلیف ہورہی ہو اور بچہ پیدا نہ ہو رہا ہو تو گاجر کے بیج کی دھونی اس طرح دیں کہ دھواں رحم کے اندر چلا جائے۔آسانی سے بچہ پیدا ہوجائے گا۔☆ یرقان والوں کیلئے گاجر کا جوس مصری ملا کر آدھا گلاس ایک ہفتہ تک پلانا یقیناً فائدہ دیتا ہے۔☆ گاجر جسم میں خون بڑھاتی ہے اور جسم میں طاقت پیدا کرتی ہے۔☆ گاجر چہرے کا رنگ نکھارتی ہے اور حسن پیدا کرتی ہے۔☆ اس کے کھانے سے پیٹ کے کیڑے مرجاتے ہیں۔☆ پیشاب کی جلن اور سوزاک جیسے موذی مرض سے شفاء ہوتی ہے۔☆ دودھ دینے والے مویشی گاجریں کھانے سے دودھ زیادہ دیتے ہیں۔☆ کھانسی اور سینے کے درد میں گاجر بہترین چیز ہے۔بس ایسی صورت میں سالن بنا کر کھانی چاہیے۔☆ دل کے امراض اور خفقان کیلئے گاجر کو بھوبھل میں دبا کر زم کیا جائے اور پھر اسے چیر کر رات کو شبنم میں رکھ دیں اور صبح کو روح کیوڑہ اور چینی ملا کر کھلائی جائے۔بے حد مفید ہے۔☆ گاجر دیر ہضم ہے۔

احتیاط: پیٹ میں درد پیدا کرتی ہے۔اسے ہمیشہ چینی' نمک اور گرم مصالحہ لگا کر کھانا چاہیے۔اسے مناسب مقدار میں ہی کھانا چاہیے۔گاجر اور مولی وہ سبزیاں ہیں جسے کھانے سے پہلے دھولینا چاہیے اور خشک کر کے کھانی چاہیے ورنہ یہ کھانسی پیدا کرسکتی ہیں۔مقدار سے زیادہ کھانے سے یہ پیٹ میں ہوا پیدا کرتی ہے۔

حلقہ کشف المحجوب

ہر ماہ توحید و رسالت سے مزین مشہور عالم کتاب کشف المحجوب سبقاً حضرت حکیم صاحب مدظلہ پڑھاتے ہیں' قارئین کی کثیر تعداد اس محفل میں شرکت کرتی ہے۔تقریباً دو گھنٹے کے اس درس کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(آئندہ حلقہ کشف المحجوب 18 دسمبر بروز اتوار کو ہوگا)

ہمارا جو باب چل رہا ہے اس میں پیر علی ہجویری رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں کہ دنیا کے تمام علوم سیکھنا انسان پر فرض نہیں بلکہ صرف وہ علم سیکھنا چاہیے جو قبر آخرت میں کام آنے والا ہو اور حقیقی علم کہتے بھی اسی کو ہیں۔باقی تمام تو فنون ہیں' ہر کتاب قابل مطالعہ نہیں ہوتی اکثر لوگ جنہوں نے امت کو گمراہ کیا اور فتنوں کا ذریعہ بنے ان میں سے زیادہ تر وہ تھے جنہوں نے بنا کسی استاد کے خود قرآن و حدیث پڑھی اپنے ذہن سے اور محدود سوچ کے مطابق کتابیں پڑھیں۔پھر گمراہ کرنے والے اور گمراہی کا ذریعہ بننے والی کتابیں لکھیں جن سے امت میں گمراہی اور بے دینی پھیلی۔اسی لیے کہتے ہیں کہ ہر کتاب نہیں پڑھنی چاہیے بلکہ کسی رہبر سے مشورہ کرلینا چاہیے جو دین اور ایمان کی راہوں کو جاننے والا ہو۔ورنہ اگر کتاب ٹھیک بھی ہوگی تو معلومات کی نظر سے پڑھنے والا اپنی عقل کے مطابق مطلب نکالے گا۔جیسے قرآن خود کہتا ہے کہ "اسے (یعنی قرآن کو) پڑھ کر کچھ ہدایت بھی پائیں گے اور بعض گمراہ بھی ہوں گے" اب قرآن تو سراسر ہدایت ہے تو پھر گمراہی کیسی؟ مطلب کہ جو بنا کسی استاد کے مفسر بننے کی کوشش کرے گا تو اپنے ذہن سے ترجمہ و تشریح کرے گا خود بھی گمراہ ہوگا دوسروں کو بھی کرے گا۔

شاہ بواسحاق مزنگ رحمۃ اللہ علیہ ایک مرتبہ درس دے رہے تھے' اچانک خاموش ہوگئے' پھر محفل میں آنیوالے ایک نوجوان سے پوچھا تمہارے پاس کچھ ہے؟ اس نے کہا جی یہ کتاب ہے۔شیخ ابواسحاق رحمۃ اللہ علیہ نے کتاب دیکھی اور اٹھا کر دور پھینک دی۔پھر درس دینے لگے۔بعد میں احباب نے دریافت کیا حضرت یہ کیا ماجرا تھا؟ حضرت فرمانے لگے مجھ پر مضامین کی غائبانہ آمد ہو رہی تھی جب یہ نوجوان آیا تو آمد رک گئی اور معرفت کے چشمے بند ہوگئے۔میں نے اس نوجوان کو دیکھا تو اس میں کبیرہ گناہ نہ آیا۔پھر خیال آیا کہ اس کے پاس ایسی کوئی چیز ہے جس کی وجہ سے آمد بند ہوگئی ہے' دیکھا تو واقعی اس کے پاس یہ کتاب تھی۔اس کتاب کی نحوست کی وجہ سے آمد رک گئی تھی۔جب کتاب ہٹائی تو آمد دوبارہ شروع ہوگئی۔اس لیے کہتے ہیں کہ دل والوں سے پوچھ کر زندگی کی راہوں پر چلنا چاہیے۔

میرے آزمودہ تجربات

قارئین کی خصوصی اور آزمودہ تحریریں

میری زندگی کے مشاہدات

قارئین! آپ بھی بخل شکنی کریں آپ نے کوئی روحانی، جسمانی نسخہ، ٹوٹکہ آزمایا ہو اور اس کے فوائد سامنے آئے ہوں یا آپ نے کوئی حیرت انگیز واقعہ دیکھا یا سنا ہو تو عبقری کے صفحات آپ کیلئے حاضر ہیں اپنے معمولی سے تجربے کو بھی بیکار نہ سمجھئے یہ دوسرے کیلئے مشکل کا حل ثابت ہوسکتا ہے اور آپ کیلئے صدقہ جاریہ۔ چاہے بے ربط ہی لکھیں صفحات کے ایک طرف لکھیں نوک پلک ہم خود ہی سنوار لیں گے۔

پردہ لڑکیوں کی حفاظت کا محافظ

میں نے اس موضوع کا انتخاب اس لیے کیا ہے کیونکہ آج کل جو نفسا نفسی کا عالم ہے اور جو فحاشی اور عریانیت چل رہی ہے ہر انسان کو اپنی حفاظت کرنا مشکل ہوگئی ہے۔ خاص طور پر لڑکیوں کو‘ کیونکہ لڑکیاں وہ معصوم اور نرم و نازک کلیوں کی طرح ہوتی ہیں جن کی جتنی حفاظت کی جائے کم ہے اور یہی لڑکیاں لوگوں کے غلط بہکاووں اور رشتوں اور جھوٹی چال بازیوں کا شکار ہوجاتی ہیں میں خود 20 سالہ لڑکی ہوں لیکن مجھے معلوم ہے کہ کن غلط کاموں کی وجہ سے یہ معاشرہ خراب بلکہ حد ہی پار کرتا چلا جارہا ہے۔ میں کہتی ہوں انسان کے اپنے اندر شرم و حیا ہونی چاہیے انسان اگر خود ٹھیک ہوگا تو معاشرہ بھی اسے ٹھیک ہی سمجھے گا لیکن اگر انسان خود بے غیرتی اور غلط کاموں میں شامل ہوگا تو معاشرہ بھی ان غلط کاموں کا ساتھ دے گا۔

اس قدر غلاظت اور گندگی بھر چکی ہے اس معاشرے میں کہ اگر بندے کو مجبوراً بازار میں کسی کام کیلئے نکلنا پڑے تو بہت سی گندی نظروں کا شکار ہونا پڑتا ہے۔ ہاں یہ بات ہم سب کو معلوم ہے کہ بازار کو اللہ تعالیٰ نے سب سے بُری جگہ قرار دیا ہے لیکن مجبوراً ایک بندہ کیا کرے کچھ مائیں بہنیں تو اپنے مردوں سے یہ سب کام کروالیتی ہونگی لیکن ایک انسان جس کا کوئی سہارا نہ ہو تو اسے تو مجبوراً باہر نکلنا پڑتا ہے اور اس کیلئے ضروری ہے کہ وہ اپنی آنکھوں کی حفاظت کرے اور نیچی نگاہ کرکے چلے اور راستے میں چہارم کلمہ پڑھتی ہوئی چلتی رہیں تو اللہ تعالیٰ اپنے فرشتوں کے ذریعے اس مقام تک اس طرح حفاظت سے پہنچائیں گے کہ آپ سوچ بھی نہیں سکیں گے کہ کیسے ہم سارے کے سارے کام کرکے آگئے۔ اس لیے میں تمام لڑکیوں‘ ماؤں‘ بہنوں سب سے گزارش کرتی ہوں کہ وہ جب بھی گھر سے باہر نکلیں تو پردے کا اہتمام ضرور کریں اور اس پردے کو اپنی حفاظت سمجھیں یوں نہ کہیں کہ پردہ تو دل میں ہونا چاہیے۔ نہیں! یہ بات ٹھیک نہیں ہے بلکہ یہ بات اپنے آپ پر اپنانے کی کوشش کریں کہ اللہ تعالیٰ تو دیکھ رہا ہے نا......! اسی لیے پردہ ظاہر و باطن دونوں کا ہونا چاہیے۔ اس سے نہ صرف آپ کو خوشی ہوگی کہ ہم اللہ تعالیٰ اور اس کے رسول نبی کریم ﷺ کے بتائے ہوئے نقش قدم پر چل رہے ہیں بلکہ دلی سکون بھی حاصل ہوگا۔ میری دعا ہے کہ اللہ تعالیٰ تمام ماؤں‘ بہنوں اور لڑکیوں کو پردہ کرنے کی توفیق عطا فرمائے اور اس پردے کے ذریعے ہماری حفاظت فرمائے اور اس پر ڈٹ کر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین) **(صفورا شعیب، سکھر)**

سیلاب کا آنکھوں دیکھا حال

کافی عرصہ سے سوچ رہا تھا ہمارے علاقے میں اس بار جو سیلاب آیا عبقری کو آنکھوں دیکھا حال لکھوں‘ سوچتے سوچتے آج قلم اٹھا کر قارئین عبقری کی نظر یہ تحریر کررہا ہوں۔ سیلاب آنے سے چند دن پہلے پروفیسر الطاف جو کہ اس علاقہ کی جانی پہچانی شخصیت بھی ہیں نے شام کو لوگوں کو جمع کرکے بتایا کہ بھائیو! میری معلومات کے مطابق اب کی بار جو سیلاب آرہا ہے وہ سیلاب نہیں بلکہ بہت بڑا طوفان ہے لہٰذا جتنی جلدی ہوسکے اپنی اور اپنے بچوں کی جانیں بچا کر کسی محفوظ مقام پر چلے جاؤ۔ پروفیسر کے یہ الفاظ سب نے سن تو لیے لیکن کوئی ایک آدمی بھی ماننے کو تیار نہ تھا‘ بعض نے مذاق بنالیا۔ میں رشتے میں پروفیسر الطاف کا بہنوئی ہوں۔

اس نے مجھے فون کرکے کہا کہ تم بچوں سمیت جلد از جلد تیار ہوجاؤ بس آج رات کو یہاں سے نکلنا ہے‘ میں نے پروفیسر کو سمجھایا کہ اتنا بڑا سیلاب نہیں ہوسکتا آج رات آرام کرتے ہیں کل اس بارے سوچیں گے لیکن پروفیسر الطاف ضد پر ڈٹ گیا اور مجھے کہا کہ اگر تم جانے کو تیار نہیں ہو تو تمہاری مرضی مگر میری بہن اور بچوں کو تیار رکھو میں سواریوں کا بندوبست کرکے آرہا ہوں میں نے نہ چاہتے ہوئے بھی ہاں کردی۔ وہ میرے بیوی بچوں کو لے کر ملتان چلا گیا مگر میں راضی نہ ہوا۔ اگلے دن سیلاب کی آمد تقریباً دس بجے شروع ہوگئی علاقہ کے لوگوں نے جمع ہوکر پانی نکاسی کیلئے جتنی بھی رکاوٹیں تھیں سب نے جوش وخروش کیساتھ کھول دیں تاکہ پانی رکنے نہ پائے لیکن ہم سب کی محنت فضول ہوتی دکھائی دی کیونکہ پانی کی سطح بڑھتی ہی جارہی تھی تقریباً رات نو بجے کے قریب پانی نے بستیوں کی طرف رخ کیا تو ہر طرف شور اور خوف طاری تھا ہر طرف بھگدڑ مچ گئی کوئی کسی کا نہ رہا‘ نہ بھائی کو بہن کی ہمدردی اور نہ ہی بیٹے کو اپنے والدین سے محبت‘ بس ہر کوئی اپنی فکر میں کسی نے جلدی میں کچھ سامان جو کہ ضروری سمجھا اٹھایا اور یہاں سے بھاگ گیا کوئی بیچارہ کچھ بھی نہ لے جاسکا میں نے بھی اپنی موٹر سائیکل نکالی اور یہاں سے نکلنے میں کامیاب ہوگیا۔

اگلے دن میں ایک رشتہ دار کے گھر پہنچ گیا میں نے اپنے قریبی رشتہ داروں کے بارے معلومات کی کہ کوئی وہاں رہ تو نہیں گیا دوران معلومات کسی نے بتایا کہ باقی تو تمام لوگ بستی چھوڑ کر چلے گئے لیکن تیری بہن وہاں رہ گئی ہے جب میں نے یہ بات سنی تو سخت پریشانی ہوئی‘ دل میں تڑپ پیدا ہوئی کہ کسی نہ کسی طرح بہن کو بچالوں اور اپنی بہن کے گھر کا رخ کیا۔

تھوڑا فاصلہ طے کرنے کے بعد ہر طرف پانی ہی پانی تھا‘ پانی اتنی تیزی سے گزر رہا تھا کہ مجھے محسوس ہوا کہ میں اپنی بہن تک نہیں پہنچ سکوں گا‘ پھر میرے دوست نے فوجیوں کو فون کیا کچھ دیر بعد فوجی کشتی لیکر آگئے اس طرح ہم اپنی بہن تک پہنچ گئے۔ بہن کے ساتھ اس کی چھوٹی بچی بھی تھی جو اونچی جگہ جو کہ ہم ایک گھنٹہ اور نہ جاتے تو وہاں بھی پانی پہنچ جاتا۔ بہن کو کشتی پر بٹھا کر اس جگہ چل پڑے جہاں رشتے دار بیٹھے تھے۔

دوران سفر سیلابی پانی نے جو تباہی کی دیکھ کر میری آنکھیں آنسوؤں سے بھری ہوئی تھیں‘ بستیوں کی بستیاں اجڑ چکی تھیں ہر طرف ویرانی ہی ویرانی تھی‘ دو تین روز پہلے جہاں چہل پہل تھی اب وہی بستیاں ویران و سنسان تھیں نہ کوئی گھر بچا اور نہ ہی کوئی انسان نظر آتا تھا۔ جو لوگ بند پر بے سروسامان بیٹھے تھے ان کے رشتہ دار برادری والوں نے ان کو حوصلہ دیا کہ گھبرانے کی ہرگز ضرورت نہیں آپ سب لوگ ہمارے گھروں میں آجاؤ آج مشکل وقت میں ہم تمہارا ساتھ نہ دیں گے تو پھر کون دے گا اللہ نے جو کچھ دیا ہے ہم سب مل جل کر کھائیں اگر ختم ہوگیا تو پھر اللہ وارث ہے وہ کوئی راستہ نکالے گا۔ میں نے بہن کو قریبی رشتہ دار کے گھر اس کے بیوی بچوں کے حوالے کیا تسلی ہوجانے کے بعد میں ملتان کی طرف رخصت ہوگیا۔ ملتان پہنچ کر میں پروفیسر الطاف کے گھر گیا

جہاں بیوی بچوں کے پاس پہنچ کر ایک عجیب سی خوشی محسوس ہوئی‘ کھانا کھایا‘ علاقہ کا حال شروع ہوا تو تمام داستان سنائی جو کہ میری آنکھوں دیکھی تھی واقعات سن کر سب لوگ بہت زیادہ پریشان ہوگئے۔ ملتان میں ایک ہی ہفتہ گزارا ہوگا کہ پیچھے سے رشتہ داروں کی طرف سے فون آیا کہ جتنی جلدی ہوسکے واپس آجاؤ کیونکہ یہاں لوٹ مار کا بازار شروع ہوگیا ہے چورلٹیرے کشتیاں لیکر گھروں سے جو گھر گر چکے تھے گارڈر اور جو بھی انہیں اچھی چیز ملتی اٹھا کر لے جاتے ہیں اگر ہم انہیں روکیں تو دھمکیاں دیتے ہیں اور سامان سے کشتیاں بھر کر لے جاتے ہیں۔ میں نے اسی وقت واپس اپنے علاقے میں جانے کی ٹھانی مجھے پروفیسر نے روکنے کی بہت کوشش کی لیکن میں نے ایک نہ مانی اور بیوی بچوں کو اللہ کے سپرد کیا میرے جانے کی وجہ سے بیوی بچے بھی پریشان ہوئے انہیں تسلی دی۔ اسی وقت موٹر سائیکل نکالی اور گھر کا رخ کیا شام تک اپنی اجڑی بستی میں جا پہنچا تمام بستی اجڑ چکی تھی ایک گھر ابھی نیا بنا ہوا تھا کافی اونچی جگہ پر بنایا گیا تھا میرے جو چند رشتہ دار وہاں رہ رہے تھے انہوں نے اس گھر کو محفوظ سمجھ کر اسی گھر کی چھت پر اپنی گزراوقات بنائی ہوئی تھی حال احوال کے بعد کھانے وغیرہ کا پوچھا تو انہوں نے کہا کہ تین دن تک تو بھوکے رہے کل ایک ہیلی کاپٹر نے کچھ سامان پھینکا اسی پر گزارا کررہے ہیں مجھے بھی کچھ بھنے ہوئے چنے دیئے گئے جو کہ میں نے کھا کر اپنے پیٹ کو بھرا۔ اگلی صبح آنے تک ہم سوگئے سونا کیا تھا کہ بجلی نہ ہونے کی وجہ سے ساری رات مچھروں نے خوب تنگ کیا۔ صبح کے ایک کشتی آتی دکھائی دی جس میں چار آدمی سوار تھے کشتی کچھ نزدیک آئی تو میں نے انہیں آواز دی کہ آج اگر تم لوگوں نے لوٹ مار کی تو پھر تمہارا بہت برا حشر ہوگا خیر چاہتے ہو تو واپس چلے جاؤ پتہ نہیں انہیں کیا سوجھی انہوں نے کشتی کا رخ واپس موڑا اور وہاں سے چلے گئے اور پھر آنے کا نام نہ لیا۔ ہیلی کاپٹر ایک دو دن کے بعد اوپر سے جو کھانا پھینکتا اور ہمارا گزارا ہو جاتا۔

ایک ہفتہ کے بعد پانی کچھ کم ہوتا محسوس ہوا پانی آہستہ آہستہ تھمتے تھمتے دو تین دنوں کے بعد سنگل سڑک جو کہ ہماری بستی کے پاس گزرتی تھی نظر آنے لگی اب ہم سڑک پر تھوڑا سا فاصلہ طے کرکے آجاسکتے تھے۔ سڑک کے ساتھ میرا آموں کا باغ ہے جس کے پودے پر ہم لوگوں نے نظر دوڑائی سانپ ہی سانپ تھے جو کہ پانی سے بچنے کیلئے آموں کے پودوں پر بیٹھے ہوئے تھے۔ روزانہ کوئی نہ کوئی بری خبر ملتی کہ آج مین سڑک کی پل سے تین لاشیں ملیں‘ آج فلاں آدمی کو سانپ نے ڈسا اور وہ تڑپ تڑپ کر مرگیا‘ فلاں آدمی مچھلی پکڑتے ہوئے گہرے پانی میں جانے کی وجہ سے ڈوب کر مرگیا۔ ایک واقعہ جو کہ میں نے اپنی آنکھوں سے دیکھا حاضر خدمت ہے کہ کچھ لوگ مین سڑک کی پل سے جہاں سے پانی پوری تیز رفتاری سے گزر رہا تھا وہاں مچھلی چھلانگیں لگارہی تھی مچھلی کا تماشہ دیکھنے کیلئے میرے ساتھ ساتھ اور بھی بہت سے لوگ تھے جو مچھلی کی چھلانگیں دیکھ رہے تھے تقریباً دس بارہ آدمی جالیاں لیکر وہاں آپہنچے اور اپنے تین آدمیوں کو پانی میں جالیاں لگانے کو کہا اور تینوں جالی لگا کر واپس آگئے ایک آدمی نے جالی ٹھیک نہ لگائی باہر کھڑے اس کے ساتھیوں نے اسے واپس جانے کو کہا کہ تم واپس جا کر دوبارہ جالی لگا کر آؤ لیکن اس نے کہا کہ بھائی پانی بہت گہرا ہے اور رفتار بھی بہت تیز ہے۔ باہر کھڑے ایک آدمی نے اسے غصے میں آکر دھکا دیدیا دھکا سخت ہونے کی وجہ سے وہ تیز اور گہرا پانی ہونے کی وجہ سے سنبھل نہ سکا اور دیکھتے دیکھتے سب کی نظروں کے سامنے پانی میں ڈوب گیا۔ کافی تلاش کے بعد بھی اس کی لاش نہ ملی۔ پانچ روز کے بعد سنگل سڑک کے قریب ایک بیر کے درخت کی جھاڑیوں کے ساتھ پھنسی ہوئی اس کی لاش ملی جس کا گوشت مچھلیاں نوچ رہی تھیں۔ ایک اور واقعہ اس طرح ہوا کہ ایک ماں نے اپنی معصوم بچی کو دودھ پلانے کے بعد جھولے میں سلادیا جب اس نے کچھ دیر بعد بچی کو دیکھا تو وہ مرچکی تھی اور اس کا ایک ہاتھ جھولے سے باہر جس پر سانپ نے ڈس لیا تھا۔ بعد میں اس کے گھر سے بہت ہی زہریلی قسم کا سانپ برآمد ہوا۔ میرا گھر پانی کی زد میں تو آیا لیکن اللہ کے فضل وکرم سے محفوظ رہا۔ ابھی تک میرا علاقہ ویران وسنسان ہے جس کے پاس کچھ پیسہ تھا اس نے اپنے گزارا کا چھوٹا موٹا مکان بنالیا باقی سب لوگ کوئی کیمپوں میں یا پھر کھلے آسمان تلے ابھی تک زندگی گزارنے پر مجبور ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہم سب پر اپنا رحم وکرم کرے۔ **(ملک عبدالغفار‘ مظفرگڑھ)**

عمر بھر دانت نہ خراب ہونے کا لاجواب عمل

فقیر کے ایک پیر بھائی جن کی عمر تقریباً 100 سال تک تھی۔ اپنے دانتوں سے گنا کھاتے تھے اور فرماتے تھے کہ جب میں دانتوں سے گنا کھاتا ہوں تو مجھے دیکھ کر نوجوان رشک کرتے ہیں۔ فقیر نے دانتوں کی مضبوطی اور محفوظی کا سبب دریافت کیا تو فرمایا کہ میرے پیر ومرشد نے مجھے بچپن میں یہ عمل بتایا تھا کہ عشاء کے وتر جب بھی پڑھے جائیں تو پہلی رکعت میں بعد الحمد سورۃ النصر دوسری رکعت میں بعد الحمد سورۃ الھب اور تیسری رکعت میں بعد الحمد سورۂ اخلاص پڑھنے سے دانت عمر بھر ہر تکلیف سے محفوظ رہتے ہیں اور میں نے خود بھی کیا ہے اکثر لوگوں کو بتایا ہے سب نے اس عمل کی تعریف کی ہے۔

ملتے دانت جمانے کا طریقہ

ایک صاحب نے مجھے بتایا کہ میری بتیسی ہل رہی ہے‘ صرف چاول کھاتا تھا مگر اس نسخہ کے استعمال سے آج ہڈی چبالیتا ہوں۔ اس نسخہ کو بارہا آزمایا بڑا قوی التاثیر پایا ہے۔ ملتے دانت جما دیتا ہے پائیوریا کو جلد آرام دیتا ہے یعنی پیپ کو جلا دیتا ہے‘ خون کو روکتا ہے‘ بدبو کو دور کردیتا ہے‘ دانت میں کیسا ہی درد ہو دور کردیتا ہے۔ نسخہ یہ ہے: **ھوالشافی:** سپاری چکنی 2 تولہ‘ مازو پھل ایک تولہ‘ پھٹکوی کی کھیل ایک تولہ‘ نیلا تھوتھا کی کھیل ایک تولہ‘ بہیڑہ ایک تولہ‘ ہنسلو چن 6 ماشہ‘ پھول کتھا 3 ماشہ‘ کافور 4 ماشہ باریک پیس کر دن میں کم از کم تین بار ملیں۔ درد فوراً دور ہوگا۔ پائیوریا کیلئے اکسیر مجرب المجرب ہے۔ فائدہ حاصل کریں۔ یہ مجھے کسی نے تحفہ دیا ہے۔ آزمائیں اور عبقری میں لکھیں۔ **(پوشیدہ‘ ضلع ٹانک)**

بواسیر کیلئے لاجواب نسخہ

(خارجی طور پر لگانے کیلئے)

کافور ایک تولہ‘ پھٹکوی‘ مازو دو دو تولے لیکر کوٹ چھان کر کپڑ چھان کرکے باریک سفوف کی مانند کرلیں اور ویزلین سفید بقدر ضرورت ملائیں یہ گاڑھی لئی بن جائے گی۔ روئی پر لگا کر بعد رفع حاجت طہارت کے بعد معقد پر لگادیں۔

بواسیر کیلئے وظیفہ

بواسیر کیلئے چاند کی تاریخ کے پہلے ہفتہ میں بعد نماز فجر 21 بار صُمٌّ بُکْمٌ عُمْیٌ فَھُمْ لَایَرْجِعُوْنَ o (بقرہ 18) اور اول وآخر درود شریف پڑھ کر لاکھ دانے پر دم کرکے اسے دھاگے میں پرو کر کمر سے باندھ لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ شفاء ہوگی۔

ہچکی بند

سفوف ہلدی 3 یا 4 ماشہ کی مقدار میں چلم میں رکھ کر تمباکو کی طرح دو چار دم لگانے سے شدید سے شدید ہچکی جو دیگر دوا سے بند نہ ہوتی ہو فوراً بند ہو جاتی ہے۔ فوری تسکین کی بہترین دوا ہے۔ **(غلام سرور خان‘ راولپنڈی)**

میرا آزمودہ نسخہ برائے چھائیاں

مولی کے بیج لے کر باریک سفوف بنالیں چائے کا چمچ سفوف پانچ چھ چمچ دہی میں حل کرکے ہر نماز کی ادائیگی سے پہلے چھائیوں پر لیپ دیں۔ وضو کرتے وقت کسی بھی صابن سے دھولیں۔ مسلسل ایک دو ماہ کے استعمال سے چہرہ چھائیوں سے صاف ہو جائے گا۔ انشاء اللہ تعالیٰ۔ **(سیدہ خالدہ خانم)**

باجرہ کے دانے میں جوانی کا راز

گھریلو استعمال کے طور پر باجرے کی کھچڑی پکائی جاسکتی ہے اس کی روٹی سرسوں کے ساگ کے ساتھ کھائی جاسکتی ہے خاص طور پر باجرے کی روٹی کا گڑ میں ملیدہ بنا کر اس میں گھی ڈال کر کھانا نہ صرف زود ہضم ہوتا ہے بلکہ بدن کو خوب توانائی فراہم کرتا ہے

بہت سے بائیو کیمسٹ نے اپنا یہ ذاتی خیال ظاہر کیا ہے کہ ابتدائی دور کے انسانوں کی وہ گمشدہ چیزیں جنہیں ہم نے کھودیا ہے اگر اپنی غذاؤں میں دوبارہ شامل کرلیں تو ہمارے اندر پیدا ہونے والی بہت سی کمی دور ہوجائے گی اور بہت سی بیماریوں سے ہمیں تحفظ حاصل ہوجائیگا۔

باجرہ وہ تخمی اناج ہے جو آپ کے کھانے میں مستقل طور پر شامل ہونا چاہیے۔ لیبارٹری کی تحقیقات سے پتہ چلا ہے کہ باجرہ اتنی آسانی سے ہضم ہوجاتا ہے کہ کوئی دوسرا اناج اس کا مقابلہ نہیں کرسکتا پیٹ میں یہ خمیر پیدا نہیں کرتا جیسا کہ سفید آٹا اور مشین سے صاف کیا ہوا اناج پیدا کرتا ہے جس سے ہاضمہ میں خرابی اور آنتوں کی تکالیف پیدا ہوتی ہے۔

باجرہ میں موجود مکمل اور اعلیٰ درجہ کی پروٹین اس بات کا امکان بڑھا دیتی ہے کہ آپ کے جسم کیلئے نہایت ضروری امینو ایسڈز پوری طرح ملتی رہیں گی اور چاہے آپ دوسرے اناج کھائیں یا نہ کھائیں آپ کی صحت کے اعتبار سے کوئی فرق نہیں پڑے گا۔

نشاستہ پروٹین کا محفوظ نعم البدل کبھی نہیں بلکہ نعم البدل انڈے، پنیر، دودھ اور بلند درجہ کے پروٹین والے اناج کے بیج ہیں۔ گوشت کے اس نعم البدل کے ساتھ اگر ہم مکھن نکالے ہوئے خشک دودھ کی فاضل مقدار شامل کرلیں تو بغیر گوشت کی غذا میں بھی ہمیں روزانہ 100 سے 150 گرام پروٹین مل سکتی ہے جو ہر لحاظ سے محفوظ ہوگی۔ اس سے آپ اس خیال میں مبتلا نہ ہوں کہ میں گوشت کو ترک کرنے کا مشورہ دے رہا ہوں اچھا گوشت جیسے پرندوں اور مچھلی وغیرہ کا ایک نہایت شاندار غذا ہے جس کی جگہ کوئی غذا نہیں لے سکتی لیکن ایسے ہزاروں افراد جو معمولی تنخواہوں پر زندگی بسر کررہے ہیں ان کیلئے روزانہ گوشت حاصل کرنا آسان نہیں ہے اس وجہ سے میں سمجھتا ہوں کہ باجرہ کی افادیت کو تسلیم کرلیا جائے کیونکہ تغذیہ کے اعتبار سے یہ محفوظ، کم خرچ اور آسانی سے ہضم ہونے والا گوشت کا نعم البدل ہے اور جہاں تک پروٹین کیلشیم اور فاسفورس جیسے نمکیات کا تعلق ہے باجرہ اپنے اندر پوری غذائیت رکھتا ہے لیکن چونکہ باجرہ خشک خواص کا حامل ہے اور قبض پیدا کرسکتا ہے چنانچہ اس کی غذائیت سے مکمل طور پر استفادہ کرنے کیلئے اس کے ساتھ دہی، مکھن یا چھاچھ استعمال کرنا موزوں ہوتا ہے۔

گھریلو استعمال کے طور پر باجرے کی کھچڑی پکائی جاسکتی ہے اس کی روٹی سرسوں کے ساگ کے ساتھ کھائی جاسکتی ہے خاص طور پر باجرے کی روٹی کا گڑ میں ملیدہ بنا کر اس میں گھی ڈال کر کھانا نہ صرف زود ہضم ہوتا ہے بلکہ بدن کو خوب توانائی فراہم کرتا ہے بہر حال باجرے کو آپ جیسے بھی استعمال کریں اس کے استعمال سے گردوں کی حرکات تیز ہوکر پیشاب میں رکاوٹ دور ہوسکتی ہے اس کے علاوہ دستوں میں بھی یہ مفید پایا گیا ہے۔ غذا میں لیسی تھین کی سنگین کمی سے آپ کے اعصاب ڈھیلے پڑجاتے ہیں جسے سخت تھکن کہتے ہیں اور آرام سے اسے پورا نہیں کیا جاسکتا کم خرچ پر فاضل پروٹین کا تغذیہ حاصل کرنے کیلئے آپ باجرہ اور سورج مکھی کے بیج استعمال کرنا شروع کردیجئے جو کہ ہر جگہ دستیاب ہیں۔

فولاد کی کمی دور کرنے کیلئے روزانہ سورج مکھی اور باجرہ کے بیج استعمال کریں۔ اس سے آپ میں فولاد کی کمی دور ہوجائیگی۔ اعصابی کھچاؤ کیلئے بھی باجرہ کے بیج نہایت اہم ہیں۔

آیت کریمہ سے مشکلات کا حل

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ سے بیعت ہونے سے پہلے میرا دل خوف وہراس میں رہتا تھا' میں ہر وقت پریشان اور چپ چاپ اور سب سے الگ تھلگ رہتا تھا۔ کسی سے نہ کبھی ملتا تھا اور اگر کوئی ہمارے گھر آ بھی جاتا تھا تو میں صرف سلام دعا کے علاوہ ان سے کبھی کوئی بات چیت نہ کرتا تھا۔ پھر میرے کزن جس کا نام اکمل فاروق ریحان ہے اس نے مجھے آیت کریمہ کا ورد بتایا جسے میں نے ہر وقت پڑھنا شروع کردیا۔ اس سے میرے دل سے خوف وہراس دور ہوگیا اور میری طبیعت بالکل ٹھیک ہوگئی اس کے علاوہ اس آیت کریمہ کے ورد سے میرے کافی مسائل بھی حل ہورہے ہیں۔ جب بھی کوئی مصیبت آتی ہے تو میں یہی آیت کریمہ پڑھتا ہوں اور میرا مسئلہ حل ہوجاتا ہے۔ **(علی اسد ریحان، جہلم)**

باپ بننے کیلئے ٹماٹر کھائیں

اگر ہفتے میں ٹماٹر سے بنی دو چیزیں کھالی جائیں تو پروسٹیٹ کے سرطان کا خطرہ ایک تہائی کم ہوسکتا ہے ٹماٹر میں پایا جانیوالا کیمیائی مادہ لائکوپین (Lycopene) نہ صرف اسے خوش رنگ بناتا ہے بلکہ یہ ہماری صحت کے لئے بے حد مفید بھی ہے۔ نارتھ کیرولینا یونیورسٹی کے تحقیق کاروں نے ٹماٹر کے بارے میں تحقیق کے بعد بتایا تھا کہ لائکوپین حملہ قلب کا خطرہ کم کردیتا ہے۔ پھر ہارورڈ میڈیکل اسکول کے سائنس دانوں نے تحقیق کی اور یہ بتایا کہ اگر ہفتے میں ٹماٹر سے تیار شدہ دو چیزیں کھالی جائیں تو غدۂ مثانہ (پروسٹیٹ) کے سرطان کا خطرہ ایک تہائی کم ہوجائے گا۔ تجربے کے دوران میں دیکھا گیا کہ جو لوگ بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت سے محروم ہوتے ہیں ان میں لائکوپین کا ارتکاز کم ہوتا ہے۔ سائنسدانوں نے دیکھا کہ بچہ پیدا کرنے کی صلاحیت سے محروم جن لوگوں نے مرتکز لائکوپین کی گولیاں دن میں دو بار کھائیں ان میں سے تقریباً دو تہائی کے کرم منی میں کچھ نہ کچھ اضافہ ہوا۔ اس تجربے میں تیس افراد شامل تھے جن میں سے بعض بیس بیس سال سے اولاد سے محروم تھے۔ تین ماہ تک لائکوپین کی گولیاں کھانے کے بعد ان میں سے چھ میں باپ بننے کی صلاحیت پیدا ہوگئی۔ یہ پہلا موقع ہے کہ سائنس دانوں کو لائکوپین اور تولیدی صلاحیت کے درمیان تعلق کا پتا چلا ہے۔ ان تحقیق کاروں کا کہنا ہے کہ ٹماٹر یا ٹماٹر سے تیار شدہ اشیا مثلاً کیچپ کھانے سے کرم منی (اسپرمز) کا معیار بہتر ہوسکتا ہے۔ لندن کے ایک مشہور ہسپتال سے تعلق رکھنے والے ایک معالج نے اس تحقیق کے بارے میں اظہارِ رائے کرتے ہوئے کہا کہ اس سلسلے میں مزید تحقیق کی ضرورت ہے، لیکن ممکنہ طور پر یہ طریقہ ان لوگوں کی مدد کے سلسلے میں مؤثر ہوسکتا ہے جو اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت سے محروم ہیں۔ (فائل 1)

اس سے بھی زیادہ حیرت انگیز معلومات کیلئے عبقری کی فائل پڑھنا نہ بھولیں!

ویران مسجد کی خدمت سے ترقی اور کمال

فرحت' لاہور

دماغ میں بار بار یہی سوال آ رہا تھا کہ یہ نوجوان آخر کس سے باتیں کرتا ہے' مسجد میں ہمارے سوا کوئی بندہ بشر نہیں ہے' مسجد فارغ اور ویران پڑی ہے۔ کیا یہ پاگل تو نہیں ہے؟ میں نے نماز پڑھا کر نوجوان کو دیکھا جو ابھی تک تسبیح میں مشغول تھا

ایک شخص نے یوں قصہ سنایا کہ میں اور میرے ماموں نے حسب معمول مکہ حرم شریف میں نماز جمعہ ادا کی اور گھر کو واپسی کیلئے روانہ ہوئے۔ شہر سے باہر نکل کر سڑک کے کنارے کچھ فاصلے پر ایک بے آباد سنسان مسجد آتی ہے' مکہ شریف کو آتے جاتے سپر ہائی وے سے بار ہا گزرتے ہوئے اس جگہ اور اس مسجد پر ہماری نظر پڑتی رہتی ہے اور ہم ہمیشہ ادھر سے ہی گزر کر جاتے ہیں مگر آج جس چیز نے میری توجہ اپنی طرف کھینچ لی تھی وہ تھی ایک نیلے رنگ کی فورڈ کار جو مسجد کی خستہ حال دیوار کے ساتھ کھڑی تھی' چند لمحے تو میں سوچتا رہا کہ اس کار کا اس سنسان مسجد کے پاس کیا کام! مگر اگلے لمحے میں نے کچھ جاننے کا فیصلہ کرتے ہوئے اپنی کار کی رفتار کم کرتے ہوئے مسجد کی طرف جاتی کچی سائیڈ روڈ پر ڈال دیا' میرا ماموں جو عام طور پر واپسی کا سفر غنودگی میں گزارتا ہے اس نے بھی اپنی آنکھوں کو وا کرتے ہوئے میری طرف حیرت سے دیکھتے ہوئے پوچھا کیا بات ہے؟ ادھر کیوں جا رہے ہو؟

ہم نے اپنی کار کو مسجد سے دور کچھ فاصلے پر روکا اور پیدل مسجد کی طرف چلے' مسجد کے نزدیک جانے پر اندر سے کسی کی پرسوز آواز میں سورۃ الرحمٰن تلاوت کرنے کی آواز آ رہی تھی' پہلے تو یہی ارادہ کیا کہ باہر رہ کر ہی اس خوبصورت تلاوت کو سنیں مگر پھر یہ سوچ کر کہ اس بوسیدہ مسجد میں جہاں اب پرندے بھی شاید نہ آتے ہوں اندر جا کر دیکھنا تو چاہیے کہ کیا ہو رہا ہے؟ ہم نے اندر جا کر دیکھا ایک نوجوان مسجد میں جاہ نماز بچھائے ہاتھ میں چھوٹا سا قرآن شریف لیے بیٹھا تلاوت میں مصروف ہے اور مسجد میں اس کے سوا اور کوئی نہیں ہے بلکہ ہم نے احتیاطاً ادھر ادھر دیکھ کر اچھی طرح تسلی کر لی کہ واقعی کوئی اور موجود تو نہیں ہے۔

میں نے اسے السلام علیکم ورحمۃ اللہ وبرکاتہٗ کہا اس نے نظر اٹھا کر ہمیں دیکھا' صاف لگ رہا تھا کہ کسی کی غیر متوقع آمد اس کے وہم و گمان میں بھی نہ تھی' حیرت اس کے چہرے سے عیاں تھی۔ اس نے ہمیں جواباً وعلیکم السلام ورحمۃ اللہ علیہ وبرکاتہٗ کہا۔ میں نے اس سے پوچھا عصر کی نماز پڑھ لی ہے کیا تم نے؟ نماز کا وقت ہو گیا ہے اور ہم نماز پڑھنا چاہتے ہیں۔

اس کے جواب کا انتظار کیے بغیر میں نے اذان دینا شروع کی تو وہ نوجوان قبلہ کی طرف رخ کیے مسکرا رہا تھا کس بات پر یا کس لیے یہ مسکراہٹ' مجھے پتہ نہیں تھا' عجیب معمہ سا تھا۔ پھر اچانک ہی اس نوجوان نے ایک ایسا جملہ بولا کہ مجھے اپنے اعصاب جواب دیتے نظر آ رہے تھے۔ نوجوان کسی کو کہہ رہا تھا مبارک ہو' آج تو با جماعت نماز ہوگی۔ میرے ماموں نے بھی مجھے تعجب بھری نظروں سے دیکھا جسے میں نظر انداز کرتے ہوئے اقامت کہنا شروع کر دی۔ جبکہ میرا دماغ اس نوجوان کے اس فقرے پر اٹکا ہوا تھا کہ مبارک ہو' آج تو با جماعت نماز ہوگی۔

دماغ میں بار بار یہی سوال آ رہا تھا کہ یہ نوجوان آخر کس سے باتیں کرتا ہے' مسجد میں ہمارے سوا کوئی بندہ بشر نہیں ہے' مسجد فارغ اور ویران پڑی ہے۔ کیا یہ پاگل تو نہیں ہے؟

میں نے نماز پڑھا کر نوجوان کو دیکھا جو ابھی تک تسبیح میں مشغول تھا۔ میں نے اس سے پوچھا بھائی کیا حال ہے تمہارا؟ جس کا جواب اس نے بخیر والحمدللہ کہہ کر دیا۔ میں نے اس سے پھر کہا' اللہ تیری مغفرت کرے' تو نے میری نماز سے توجہ کھینچ لی ہے ''وہ کیسے'' نوجوان نے حیرت سے پوچھا۔

میں نے جواب دیا کہ جب میں اقامت کہہ رہا تھا تو نے ایک بات کہی ''مبارک ہو' آج تو با جماعت نماز ہوگی۔'' نوجوان نے ہنستے ہوئے جواب دیا کہ اس میں ایسی حیرت والی کونسی بات ہے؟ میں نے کہا' ٹھیک ہے کہ اس میں حیرت والی کوئی بات نہیں ہے مگر تم بات کس سے کر رہے تھے آخر؟ نوجوان میری بات سن کر مسکرا تو ضرور دیا مگر جواب دینے کی بجائے اس نے اپنی نظریں جھکا کر زمین پر گاڑ لیں' گویا سوچ رہا ہو کہ میری بات کا جواب دے یا نہ دے۔ میں نے اپنی بات کو جاری رکھتے ہوئے کہا کہ مجھے نہیں لگتا کہ تم پاگل ہو' تمہاری شکل بہت مطمئن اور پرسکون ہے اور ماشاءاللہ تم نے ہمارے ساتھ نماز بھی ادا کی ہے۔

اس بار اس نے نظریں اٹھا کر مجھے دیکھا اور کہا میں مسجد سے بات کر رہا تھا۔ اس کی بات میرے ذہن پر بم کی طرح لگی' اب تو میں سنجیدگی سے سوچنے لگا کہ یہ شخص ضرور پاگل ہے۔ پھر وہ شخص بولا میں مسجدوں سے عشق کرنے والا انسان ہوں' جب بھی کوئی پرانی' ٹوٹی پھوٹی یا ویران مسجد دیکھتا ہوں (باقی صفحہ نمبر 39 پر)

نگاہ کی حفاظت

اللہ تعالیٰ سورۃ المومن میں ارشاد فرماتے ہیں۔ ترجمہ: اللہ تعالیٰ آنکھوں کی خیانت کو جانتے ہیں اور جس شے کو سینے میں چھپاتے ہو' اس کو بھی جانتے ہیں۔'' یہ ایک ایسی آیت ہے جس کے الفاظ تھوڑے ہیں اور معانی بہت ہیں۔ اس میں اللہ تعالیٰ نے ایک امر قبیح پر مطلع فرمایا ہے۔ جس مرض کا اس میں بیان ہے آج کل اس میں بہت لوگ مبتلا ہیں۔ مرض سے یہاں مراد معصیت ہے۔ جس طرح مرض کی حقیقت یہ ہے کہ جسم میں اعتدال نہ رہے' اس طرح معصیت میں بھی قلب کے مزاج میں اعتدال نہیں رہتا اور اس کا انجام جسمانی مرض سے زیادہ مضر ہے۔

کسی نے بقراط سے پوچھا تھا کہ امراض میں کون سا مرض زیادہ پوشیدہ ہے اس نے کہا کہ جس مرض کو خفف سمجھا جائے وہ بہت شدید ہے۔ اس لیے کہ وہ لا علاج ہے۔ اس طرح جس گناہ کو ہلکا سمجھا جائے وہ بھی بہت شدید اور لا علاج ہے۔ چنانچہ اللہ تعالیٰ نے اس آیت میں دو گناہوں کا ذکر فرمایا ہے' آنکھوں کے گناہ اور دل کے گناہ کا۔

یوں تو آنکھوں کے بہت سے گناہ ہیں لیکن یہاں ایک خاص گناہ کا ذکر کیا ہے' وہ ہے بدنگاہی' اس طرح دل کے بہت سے گناہ ہیں لیکن بقرینہ سباق خاص گناہ کا ذکر ہے یعنی نیت بری ہونا۔ ان دونوں گناہوں کو لوگ گناہ سمجھتے ہیں لیکن اس میں شک نہیں ہے کہ جس درجہ ان کی مضرت ہے' اس قدر نہیں سمجھتے اگرچہ گناہ کا ادنیٰ اثر یہ ہونا چاہیے کہ دل میلا ہو جائے مگر اس گناہ کے بعد دل بھی میلا نہیں ہوتا۔ اس لیے لوگ اسے بہت خفیف سمجھتے ہیں۔ کسی عورت کو دیکھ لیا' کسی لڑکے کو گھور لیا' اس کو ایسا سمجھتے ہیں جیسے کسی اچھے مکان کو دیکھ لیا یا کسی پھول کو دیکھ لیا۔ پھر یہ گناہ ایسا ہے کہ اس سے بوڑھے بھی بچے ہوئے نہیں ہیں۔ کھلی بدکاری سے تو اکثر لوگ محفوظ ہیں کیونکہ اس کیلئے بڑے اہتمام کرنے پڑتے ہیں اول تو جس سے ایسا فعل کرے وہ راضی ہو نیز شرم و حیا بھی مانع نہ ہو۔ اس لیے شائستہ آدمی خصوصاً جو دین دار سمجھے جاتے ہیں اس میں بہت کم مبتلا ہوتے ہیں۔ بخلاف آنکھوں کے گناہ کے اس میں اس طرح کے مواقع نہیں ہیں' نہ رقم کی ضرورت ہے' نہ بدنامی کا خدشہ کیونکہ اس کی خبر تو اللہ ہی کو ہے کہ کس نیت سے کس کو دیکھا ہے۔ **(صفحہ 93)**

(مزید ایسے اصلاحی اور روحانی واقعات حاصل کرنے کیلئے ''معرفت کے متلاشی'' کتاب کا مطالعہ کریں'')

ورزش موٹاپا اور فٹنس

محمد زبیر' لاہور

وزن کم کرنے کیلئے غذا میں کاربیدہ خصوصاً پیچیدہ کاربیدہ 60 سے 65 فیصد ہو جو بغیر چھنے آٹے کی روٹیوں' سالم اناج' بادامی چاول' چھلکے دار آلو' ترکاریوں' پھلیوں' دالوں اور پھلوں سے حاصل ہوں۔ زیادہ چکنائی دار اور زیادہ شکردار غذائیں کم کی جائیں

جسم کی زیادہ چربی ایک نمایاں زحمت ہے جس سے طاقت' رفتار اور استقامت متاثر ہوتی ہے۔ تھکن جلد ہونے لگتی ہے موٹے ورزش کار سست ہوتے ہیں اور جلد تھک جاتے ہیں۔ پٹھوں کا وزن مفید ہے اور چربی کا وزن زحمت ہے۔ پٹھے قوی اور چربی کم ہونی چاہیے پٹھے کام آتے ہیں اور چربی فالتو بوجھ ہے کہ فالتو سامان سفر کی طرح مصیبت ہے یعنی دو تین تھیلیوں کے ساتھ دوڑنا۔

جسم کی چربی

جسم میں تین دن اور تین راتیں مسلسل دوڑنے کیلئے چربی موجود ہے گو اس سے قبل آدمی تھک جاتا ہے۔ قدرے جسمانی چربی ضروری ہے جس سے حفاظت' دبازت' پوشش حاصل ہوتی ہے۔ یہ ورزش کاروں کیلئے ذخیرۂ توانائی بھی ہے (بے حد دبلے افراد میں توانائی کا ذخیرہ نہیں ہوتا) چربی کی ضرورت اعضاء' اعصاب' مغز اور خلیات میں ہوتی ہے۔

مردوں میں چربی 3 فیصد' عورتوں میں 8 سے 12 فیصد ضروری ہے۔ مثالی چربی مردوں میں 4 سے 10 فیصد' عورتوں میں 13 سے 18 فیصد' قابل قبول چربی مردوں میں 13 سے 18 فیصد اور عورتوں میں اٹھارہ فیصد ہے۔ خواتین کو فالتو چربی نسوانی ہارمون اور ماہواری کی ضروریات کیلئے چاہیے۔ اگر چربی بہت کم ہو جائے تو ماہواری بے قاعدہ ہو سکتی ہے جو چربی کی سطح بحال کرنے سے باقاعدہ ہو سکتی ہے۔

چربی کی پیمائش: اس کیلئے جلد کی دبازت کی پیمائش' پانی کے اندر اور پھر خشکی پر وزن کرنے سے' جسم میں برقی رو کی مزاحمت سے (چربی میں زیادہ مزاحمت ہوتی ہے) اور تحت احمر شعاعوں کی وساطت سے صرف اندازہ ہو سکتا ہے اور اس کیلئے گراں ساز و سامان اور تربیت یافتہ پیمائش کرنے والے ضروری ہیں۔

وزن کم کرنے کیلئے غذا: ایک ورزش کار کو عموماً تین ہزار حراروں کی ضرورت ہوتی ہے۔ وزن کم کرنے کے زمانے میں بھی دو ہزار حرارے ضروری ہیں۔

ہر ہفتے وزن ایک پونڈ کم کیا جائے جس کیلئے روزانہ پانچ سو حرارے (ہفتے میں پینتس سو حرارے) کم کھائے جائیں۔

ایک پونڈ جسمانی چربی میں پینتس سو حرارے ہوتے ہیں۔ زیادہ تیزی سے وزن کم نہیں کرنا چاہیے کہ اس طرح پٹھوں اور اور پانی کا ضیاع' تھکن' کمزوری اور تربیتی لائحہ عمل میں دشواری ہوتی ہے۔ طوفانی انداز میں غذا کم کرنے سے کم آبی (ڈی ہائیڈریشن) اور پسینے کی زیادتی بھی ہو سکتی ہے۔ وزن کم ہونا اور بڑھنا بھی مضر ہے۔ اسے قائم رہنا چاہیے۔ ورزشی مقابلے سے قبل وزن کم کرنے کیلئے خاصا وقت (کم از کم تین ہفتے) درکار ہے جو ورزش کار تربیت یا مقابلے میں حصہ نہیں لے رہے ہیں وہ اپنی غذا کو کم رکھیں تاکہ وزن درست رہے۔

وزن کم کرنے کیلئے غذا میں کاربیدہ خصوصاً پیچیدہ کاربیدہ 60 سے 65 فیصد ہو جو بغیر چھنے آٹے کی روٹیوں' سالم اناج' بادامی چاول' چھلکے دار آلو' ترکاریوں' پھلیوں' دالوں اور پھلوں سے حاصل ہوں۔ زیادہ چکنائی دار اور زیادہ شکردار غذائیں کم کی جائیں کہ یہ حراروں سے بھرپور اور مغذیات سے تہی ہیں۔ دودھ کم چکنائی دار' پنیر گھریلو' گوشت روکھا' مرغی کھال اتری ہوئی ہو اور مچھلی اور انڈوں سے پرہیز ہو۔ مکھن' دیسی گھی' بناسپتی گھی ترک کر دیا جائے اور تیل کا استعمال کم ہو۔ تلی ہوئی اشیاء' کیک' چاکلیٹ' پیسٹری' مٹھائیاں صرف منہ کا ذائقہ تبدیل کرنے کیلئے کھائے جائیں۔ تقلیل غذا (ڈائٹنگ) کے زمانے میں کبھی کبھی اپنی ضیافت کرنے سے نفسیاتی فائدہ ہوتا ہے۔

وزن کم کرنے کیلئے پیشاب آور ادویہ استعمال کرنا مضر ہے۔ یہ جسم کے پوٹاشیم اور پانی کو کم کر کے دل کو ضرر پہنچا سکتی ہیں۔ تھائرائیڈ کا استعمال بھی نہ کیا جائے (سرد موسم میں زیادہ غذا کھائی جاتی ہے۔ ہلکے لباس میں زیادہ حرارے خرچ ہوتے ہیں) وزن کم کرنے میں غذائی تبدیلی کے ساتھ ورزش بھی اہم ہے جس سے غذا جزو بدن بنتی ہے اور اشتہا بہتر ہو جاتی ہے۔ روزانہ 35 سے 40 منٹ کی تیز رفتار سیر یا اسی قسم کی دیگر ورزشیں جن میں ٹانگیں استعمال ہوتی ہیں مثلاً سائیکل چلانا' پیرا کی مفید ہیں۔

رضی الرحمٰن جسم سازی کے مقابلے میں حصہ لیا کرتا تھا۔ اس نے وزن کم کرنے کیلئے حرارے پینتس سو کے بجائے تین ہزار کر دیئے اور تیس منٹ سائیکل روزانہ چلائی۔ چار ہفتوں میں تین کلوگرام وزن کم کر لیا۔ جمیلہ کو اپنے موٹاپے کی فکر تھی۔ رانوں' کولہوں پر چڑھی ہوئی چربی کو وہ گھٹانا چاہتی تھی۔ غذا میں کمی' ورزش' یوگا کی مشقیں' سائیکل کی سواری سے بھی وزن کم نہیں ہوتا تھا جس کی وجہ کھانے کے درمیانی اوقات میں چاکلیٹ اور بسکٹ کھانا تھا۔ غذائی اصلاح سے اس نے وزن کم کر لیا۔

وزن کس طرح بڑھایا جائے

بعض اوقات وزن میں اضافہ بھی ضروری ہے جس کیلئے روزانہ تین سو سے چار سو حرارے اضافی کھائے جائیں۔ کاربیدہ دار غذا روٹی' چاول' آلو' اناج' پھل مناسب ہے۔ وزن شروع میں جلد بڑھتا ہے مگر اس میں آہستہ آہستہ اضافہ (ایک پونڈ ہفتہ) مناسب ہے۔ وزن میں زیادہ اضافہ (سات پونڈ فی مہینہ) چربی کی وجہ سے ہوتا ہے۔

پٹھوں کا انحصار موروثی اثر' جسم کی ساخت اور اندرونی جسمانی توازن پر ہے۔ متوازن غذا اور مزاحمتی ورزشوں سے پٹھے سخت ہوتے ہیں اور وزن بڑھتا ہے چھوٹے قد کے لوگوں میں وزن تیزی سے بڑھتا ہے۔

حیاتین و معدنیات

کیا ان کی اضافی ٹکیوں کی ضرورت ہے؟ ایک صحیح کامل متنوع متوازن غذا کھانے والوں کو نہ ان مغذیات کی قلت ہوتی ہے' نہ ان کی اضافی ٹکیوں کی ضرورت ہے' نہ ان سے کارکردگی میں اضافہ ہوتا ہے۔ بیماری کے دوران اور بعد' زمانہ سفر یا وزن کم کرنے سے (غذا کی کمی) حیاتین و معدنیات کی قلت ہو سکتی ہے جسے دور کرنے کیلئے غذا میں ترکاریاں اور پھل بڑھا دینا چاہئیں جو حیاتین و معدنیات سے بھرپور ہیں۔ یہ کم حرارے دار ہوتے ہیں' وزن نہیں بڑھاتے۔ ان سے پیٹ بھرتا ہے۔ قدرتی غذاؤں میں حیاتین و معدنیات جذب کرنے والے اجزا بھی ہوتے ہیں جو ان ٹکیوں میں نہیں ہوتے۔

سلسلہ وار آپ بیتی
قسط نمبر 28

جنات کا پیدائشی دوست

علامہ لاہوتی پراسراری

ایک ایسے شخص کی سچی آپ بیتی جو پیدائش سے اب تک اولیاء جنات کی سرپرستی میں ہے‘ اس کے دن رات جنات کے ساتھ گزر رہے ہیں‘ قارئین کے اصرار پر سچے حیرت انگیز اور دلچسپ انکشافات قسط وار شائع ہو رہے ہیں لیکن اس پراسرار دنیا کو سمجھنے کیلئے بڑا حوصلہ اور حلم چاہیے

اسی رمضان میں جیسے کہ میں نے پہلے عرض کیا تھا کہ رمضان المبارک کی تقاریب مسلسل بیانات‘ دعا اور ختم القرآن میں جانا گزشتہ رمضان کی نسبت زیادہ ہوا۔ ٹھٹھہ کی قدیمی جیل اور جنات کا عقوبت خانہ جہاں بدمعاش اور شریر جنات کو قید کیا جاتا ہے اور ان کو سزا دی جاتی ہے۔ مجھے ایک دوست جن کے ذریعے پیغام موصول ہوا کہ وہاں کے ایک قیدی جن جس کا نام حافظ عبداللہ ہے نے قرآن ختم کیا ہے اس کی خواہش ہے آپ ختم القرآن میں برکت کیلئے چند الفاظ بیان کریں اور دعا کرائیں۔

باوجود مصروفیات کے میں 29 رمضان کی رات کو ٹھٹھہ کے میلوں پھیلے صدیوں پرانے قبرستان مکلی میں جنات کی مخصوص سواری کے ذریعے حاضر ہوا۔ حافظ عبداللہ دراصل اپنے کیے کی ایک سزا کاٹ رہا ہے اس کا جرم یہ تھا کہ ایک رات وہ اپنی خالہ کے گھر کی طرف سفر میں جارہا تھا ایک حسین خاتون اپنے شوہر اور بچوں کے ساتھ سوئی ہوئی تھیں چاندنی رات اس خاتون کے کھلے بال اور حسن و جمال نکھرا ہوا تھا۔ اس کی نیت میں خرابی پیدا ہوئی اس نے اس خاتون کے ساتھ نازیبا حرکات کیں۔ دل بہک گیا اور طبیعت مچل گئی دراصل وہ خاتون ایک صالح اور بہت نیک تھی اس نے اور تو کچھ نہیں کیا یَاقَھَّارُ کثرت سے پڑھنا شروع کر دیا اور اتنا پڑھا کہ وجد اور وجدان سے بھی آگے نکل گئی بس اس کا کام سارا دن یَاقَھَّارُ پڑھنا تھا اور اللہ سے فریاد کرنا تھا کہ اے اللہ! یہ جن جس نے میری عزت پر ہاتھ ڈالا ہے میری پہنچ سے تو بالاتر ہے کیا یااللہ تو بھی بے بس ہے؟ اے اللہ! میں اسے ہرگز معاف نہیں کرونگی اسے اپنی غیبی پکڑ میں لے اور میرا انتقام لے۔

بس پھر قدرت کی اندیکھی لاٹھی حرکت میں آئی۔ حافظ عبداللہ کا اپنے قریبی چچازاد سے کچھ گھریلو معاملات میں جھگڑا ہو گیا اور اس کے ہاتھوں نا چاہتے ہوئے وہ چچازاد قتل ہو گیا اب یہ اسی کی سزا بھگت رہا ہے کیونکہ دل کا اچھا‘ اندر کا نیک ہے‘ پہلے عورت سے غلطی کر بیٹھا پھر اس کی بددعا نے اس انجام تک پہنچا دیا اور ویسے بھی یَاقَھَّارُ کا وجد کی حالت میں ہزاروں لاکھوں دفعہ پڑھنا جنات کو ایسے قہر میں مبتلا کرتے ہیں اور جادو کی کاٹ کو ایسے انداز سے واپس پلٹاتے ہیں کہ انسان گمان نہیں کرسکتا ہاں کوئی دیوانہ وار پڑھنے والا ہو تو۔ اب حافظ عبداللہ کی قید کٹ رہی ہے وہ ایک ایک دن سوچ سوچ کر گن رہا ہے جن ہے خطا کا پتلا ہے‘ اس کی زندگی میں بہت زیادہ نیکیاں لیکن بعض اوقات بعض خطائیں ایسی ہوتی ہیں جو نیکیوں کے ترازو سے بڑھ کر انسان کو کسی عذاب اور بلا میں مبتلا کر دیتی ہے بالکل یہی حال حافظ عبداللہ جن کا ہوا۔ آپ یقین جانیے جب میں نے اس کا قرآن سنا اور اس قرآن کے اندر جب آیت وعدہ یعنی جس سے مومنوں سے جنت‘ نصرت‘ انعامات اور اللہ کی مدد کا وعدہ ہے تو جب یہ آیت پڑھتا تو اس کے لہجے کی رعنائی اور خوشی بشاشت ایسے ٹپکتی اور ایسے واضح ہوتی کہ جیسے ابھی اللہ کی رحمت مدد اور وعدے اتر رہے ہیں اور جب آیات وعید پڑھتا یعنی جہنم‘ عذاب اللہ کی مدد کا ہٹنا‘ دھمکی‘ ڈر خوف جب یہ آیات آتیں تو اس کے آنسو ہچکیاں‘ سسکیاں ایسی کیفیت کہ خود سننے والے بھی دھاڑیں مار مار کر رو رہے تھے۔

اس دفعہ پورے ٹھٹھہ کی جیل کو حافظ عبداللہ نے تمام مسلمان جنات کو تراویح میں قرآن سنایا۔ اور تمام جنات مستقل بیس تراویح ہی پڑھتے ہیں ختم القرآن کے موقع پر جب میں نے حافظ عبداللہ سے اس کی گرفتاری اور قید کے واقعات سنے تو دل میں اس کی ذات کیلئے ایک ہمدردی پیدا ہوئی اور ہمدردی بھی ایسی پیدا ہوئی کہ جی میں آیا کہ میں اسم یَاقَھَّارُ کے کمالات‘ برکات‘ ثمرات اور انوکھے کرشمات بیان کروں۔ کیونکہ اسم یَاقَھَّارُ ہی کی وجہ سے حافظ عبداللہ آج جیل کی سخت قید کاٹ رہا ہے اور اس کیلئے ترس اس لیے آیا کہ اے کاش یہ ایسا نہ کرتا تو آج یہ کہیں اور ہوتا۔ اتنی کڑی اور سخت جیل میں نہ ہوتا۔

میرے جی میں تھا کہ اسم یَاقَھَّارُ کے کمالات آج کے بیان میں جنات کے لاکھوں کے مجمع میں وضاحت سے بیان کروں لیکن اس سے پہلے ایک انوکھا واقعہ کچھ یوں ہوا کہ ایک بوڑھا قیدی جن جو کہ ہندو تھا وہ میرے قریب آیا ہاتھ ملایا‘ بوسہ دیا اور رونے بیٹھ گیا میں نے اس سے پوچھا کیا درد آپ کے اندر۔ مجھے کہنے لگا آپ اسم یَاقَھَّارُ کے کمالات انسانوں سے بیان نہ کریں۔ مجھے خبر ہے آپ عبقری رسالہ میں لکھتے ہیں اور جس سے لاکھوں لوگ فیض پاتے ہیں اگر اسم یَاقَھَّارُ کے کمالات کا انسانوں کو پتہ چل گیا تو انسان جنات کو بھون کر رکھ دیں گے پھر کہنے لگے میری عمر ساری کالی دیوی کے چرنوں میں گزری ہے ایک جرم کی پاداش میں۔ میں کلکتہ کے قریب رہنے والا ہوں وہاں سے لا کر یہاں ہمیں قید کر دیا گیا ہے کیونکہ انسانوں کے درمیان ملکوں کی سرحدیں ہیں ہمارے ہاں ملکوں کی کوئی سرحدیں نہیں ہمارے لیے پوری دنیا سارے ملک‘ سارے صوبے ایک ہی ملک کی مانند ہیں۔

ہمارے ایک بہت بڑے پنڈت تھے جو کہ انسان تھے اور یہ بات اس دور کی ہے جب محمد شاہ رنگیلے کا دور تھا وہ پنڈت اپنے علوم اور کمالات میں ایسا ماہر تھا کہ محمد شاہ رنگیلا بادشاہ بھی اس کی ایسی قدر کرتا تھا کہ شاید ماں کی بھی کم کرتا ہو۔

محمد شاہ رنگیلا جہاں اپنے رنگیلے کردار کی وجہ سے رنگیلا تھا لیکن اس میں ایک ایسی خوبی تھی جو کم بادشاہوں میں تھی کہ وہ صاحب کمال کوئی بھی شخص ہو اور کسی بھی فن کا ہو اس کا بہت قدردان تھا۔ تو ہمارے ہندو پنڈت جن کا نام پنڈت بھوگا رام تھا سے ایک دفعہ سوال کر بیٹھا کہ مہاراج کوئی ایسی چیز بتائیں کہ جو جنات اور جادو کا آخری ہتھیار ہو‘ ننگی تلوار ہو اور جب بھی اس کو پڑھا جائے تو جادو جنات ایسے ٹوٹے جیسے میرے ہاتھ سے جام پتھر کے فرش پر ٹوٹ کر چکنا چور ہو جاتا تھا۔ پنڈت بھوگا رام اپنی جاپ میں تھی سر اٹھایا ان کی سرخ آنکھوں سے شعلے نکل رہے تھے تو پنڈت نے کہا آپ کو ایک چیز بتاتا ہوں کیونکہ آپ مسلمان ہیں **(جاری ہے)**

(بقیہ: مسجدوں کا عاشق نوجوان)

تو اس کے بارے میں سوچتا ہوں۔ مجھے ان ایام کا خیال آجاتا ہے جب لوگ اس مسجد میں نمازیں پڑھا کرتے ہونگے۔ پھر میں اپنے آپ سے ہی سوال کرتا ہوں کہ اب یہ مسجد کتنا شوق رکھتی ہوگی کہ کوئی تو ہو جو اس میں آکر نماز پڑھے کوئی تو ہو جو اس میں بیٹھ کر اللہ کا ذکر کرے۔ میں مسجد کی اس تنہائی کے درد کو محسوس کرتا ہوں کہ کوئی تو ہو جو ادھر آکر تسبیح و تہلیل کرے‘ کوئی تو ہو جو آکر چند آیات پڑھ کر ہی اس کی دیواروں کو ہلادے۔ میں تصور کرسکتا ہوں کہ یہ مسجد کس قدر تمنا رکھتی ہوگی کہ کوئی آکر چند رکعتیں اور چند سجدے ہی ادا کر جائے اس میں‘ کوئی انسان آکر ایک اذان ہی بلند کر دے پھر میں خود ہی ایسی مسجد کو جواب دیا کرتا ہوں کہ اللہ کی قسم میں ہوں جو تیرا شوق پورا کرونگا۔ پھر میں ایسی مسجد میں داخل ہو کر دو رکعت نماز پڑھتا ہوں اور قرآن شریف کے ایک سپارہ کی تلاوت کرتا ہوں۔ میرے بھائی میں مسجدوں کا عاشق ہوں۔ میری آنکھیں آنسوؤں سے بھر گئیں‘ پھر میں نے اسے سلام کیا اور مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھنا کہتے ہوئے اٹھ کھڑا ہوا۔ نوجوان نے پیچھے سے مجھے آواز دیتے ہوئے کہا جانتے ہو جب میں ایسی ویران مساجد میں نماز پڑھ لیتا ہوں تو کیا دعا مانگا کرتا ہوں؟ میں دعا مانگا کرتا ہوں کہ اے پروردگار اے میرے رب! اگر تو سمجھتا ہے کہ میں نے تیرے ذکر‘ تیرے قرآن کی تلاوت اور تیری بندگی سے اس مسجد کی وحشت و ویرانگی کو دور کیا ہے تو اس کے بدلے میں تو میرے باپ کی قبر کی وحشت و ویرانگی کو دور فرما دے کیونکہ تو ہی رحم و کرم فرمانے والا ہے“ مجھے اپنے جسم میں ایک سنسناہٹ سی محسوس ہوئی۔ قارئین! کیا عجیب تھا یہ نوجوان اور کیسی عجیب محبت تھی اسے والدین سے! کس طرح کی تربیت پائی تھی اس نے؟ اور ہم کس طرح کی تربیت دے رہے ہیں اپنی اولاد کو؟؟؟

ٹینشن سے نجات اور مسخرہ جانور

حمنہ، کراچی

کوٹی کی چال بہت مضحکہ خیز ہے مسخروں کی طرح آہستہ آہستہ ٹہلتا ہوا چلتا ہے۔ ترنگ میں آجائے تو چلتے چلتے دم کو بے مقصد زمین پر مارتا ہے جیسے اپنے بانکپن کا مظاہرہ کر رہا ہو کتے اس کی چال سے بہت فائدہ اٹھاتے ہیں اور اسے بے خبری میں جالیتے ہیں

1924ء کا واقعہ ہے اس وقت تک کوٹی' شمالی امریکہ میں متعارف نہیں تھا۔ ایک پرانا شکاری اپنے کتے کے ہمراہ سکوشیا کے پہاڑی جنگلوں میں سفر کر رہا تھا اس سے پہلے وہ کئی مرتبہ یہاں آیا تھا اور جنگل کے چپے چپے سے واقف تھا۔ اچانک کتے نے کان کھڑے کر لیے اور زور زور سے بھونکنے لگا۔ دوسرے ہی لمحے وہ بلی کے قد وقامت کے ایک جانور کا تعاقب کر رہا تھا۔ اس جانور نے زقند لگائی اور درخت پر چڑھ گیا۔ شکاری نے غور سے دیکھا تو اس نے محسوس کیا کہ یہ اس علاقے میں نیا جانور ہے اور اس سے پہلے اس کے مشاہدے میں نہیں آیا۔

یہ پہلا موقع تھا کہ کوٹی کو امریکہ کے کسی باشندے نے دیکھا..... شکاری کوٹی پر پتھر پھینکنے لگا۔ تنگ آ کر کوٹی درخت سے اترا' کتا اس کی طرف لپکا تو شکاری یہ دیکھ کر ششدر رہ گیا کہ یہ جانور کتے کا بے جگری سے مقابلہ کر رہا ہے شکاری نے اسے بندوق کا نشانہ بنایا اور پکڑ کر اریزونا یونیورسٹی میں لے گیا۔ وہاں سائنسدانوں کیلئے یہ ایک نئی مخلوق تھی۔ وہ فوراً یہ معلوم کرنے کی کوشش کرنے لگے کہ یہ جانور کون ہے اور کہاں سے آیا ہے۔

کوٹی کا اصل وطن جنوبی امریکہ کے گھنے جنگل ہیں۔ دلچسپ بات یہ ہے کہ اب شمالی امریکہ کے مختلف جنگلوں میں بھی پایا جاتا ہے' حالانکہ پہلے یہاں اس کا وجود نہیں تھا۔ ماہرین حیوانات ابھی تک اس معمے کو حل نہیں کر سکے کہ یہ جانور کیوں اپنے اصل وطن سے نکلا اور چٹیل میدانوں' بلند وبالا پہاڑوں اور لق ودق صحراؤں کو عبور کر کے ہزاروں میل دور شمالی امریکہ کے جنگلوں میں کیسے آ گیا۔ کوئی نہیں جانتا کوٹی شمال میں سب سے پہلے کب اور کیسے آیا؟

ناک اور تھوتھنی کوٹی کے جسم کے اہم ترین حصے ہیں۔ اس کی قوت شامہ غضب کی ہے جس چیز کی بو اس کے نتھنوں میں آجائے اس کی تحقیق کیے بغیر نہیں رہتا۔ خوراک کی تلاش میں بالخصوص ناک اسے بہت مدد دیتی ہے۔ تھوتھنی ربڑ کی طرح نرم اور لچکدار ہے لیکن اس میں اتنی طاقت ہے کہ بھاری پتھروں کو الٹ سکتی ہے کوٹی چٹانوں کے نیچے سے شکار کو بآسانی نکال لیتا ہے۔

کوٹی بلا کا پیٹو ہے' جو کچھ مل جائے چٹ کر جاتا ہے۔ بالعموم کیڑے مکوڑے' پھل' پودوں کی جڑیں چھپکلیاں اور چوہے اس کی دوزخ کا ایندھن بنتے ہیں۔ خوراک کی تلاش میں وہ درختوں پر چڑھ جاتا ہے اور گھونسلوں میں سے پرندوں کے انڈے ہڑپ کرتا ہے۔ درخت پر چڑھنے میں بہت ماہر ہے لیکن اترتے وقت اناڑی پن کا مظاہرہ کرتا ہے اور اکثر پھسلتا ہوا ناک کے بل زمین پر آ گرتا ہے۔

کوٹی کی چال بہت مضحکہ خیز ہے' مسخروں کی طرح آہستہ آہستہ ٹہلتا ہوا چلتا ہے۔ ترنگ میں آجائے تو چلتے چلتے دم کو بے مقصد زمین پر مارتا ہے' جیسے اپنے بانکپن کا مظاہرہ کر رہا ہو' کتے اس کی چال سے بہت فائدہ اٹھاتے ہیں اور اسے بے خبری میں جالیتے ہیں۔ عام حالات میں بے ضرر جانور ہے لیکن مقابلہ کرنا پڑے تو ڈٹ کر لڑتا اور اپنے تیز نوکیلے پنجوں سے حریف کو خوب زچ کرتا ہے۔ کوٹی کا وزن بالعموم پندرہ پونڈ کے قریب ہوتا ہے۔

موسم گرما میں نر اور مادہ مل کر گھر آباد کرتے ہیں۔ اس کے ڈھائی ماہ بعد بچے پیدا ہوتے ہیں جو تعداد میں پانچ یا چھ ہوتے ہیں۔ یہ بچے اپنی ماں کے ساتھ رہتے ہیں۔ وہی ان کی پرورش اور نگہداشت کی ذمہ دار ہوتی ہے۔ نر کوٹی علیحدہ رہتا ہے۔ سردیوں کے وسط میں بچے جوان ہو جاتے ہیں اور آزادانہ حیثیت سے رہنے لگتے ہیں۔

بعض لوگ اسے گھروں میں پالتے ہیں' صفائی کے معاملے میں بہت نازک مزاج ہے جب بھی کوئی چیز کھاتا ہے فوراً منہ اور پنجوں کی اچھی طرح صفائی کرتا ہے۔ اگر اس سے بے توجہی کا برتاؤ کیا جائے تو بچوں کی طرح بسورنے اور ریں ریں کرنے لگتا ہے اور اس وقت تک چین نہیں لیتا جب تک مالک کو راضی نہ کر لے۔

کوٹی بڑا زندہ دل اور خوش مزاج جانور ہے' پیدائشی مسخرہ ہے' بندر کی کئی خوبیاں اس میں موجود ہیں۔ مالک کو خوش کرنے کیلئے آنکھ مچولی کھیلتا ہے اور طرح طرح کی نقلیں اتارتا ہے۔ صحن یا کمرے کے آر پار ایک رسی یا تار باندھ دیجئے نٹ کی طرح تار پر اس مہارت سے چلے گا کہ دیکھنے والے اش اش کر اٹھیں گے۔ تار پر اس طرح چلتا ہے جیسے کوئی شوخ بچہ شرارتوں میں منہمک ہو۔

بوڑھے گلوکار کی فریاد

امتیاز حیدر اعوان، کراچی

حضرت عمرؓ نے اس کو آواز دی ٹھہرو مجھے اللہ پاک نے تمہاری مدد کیلئے بھیجا ہے۔ وہ فوراً حیران ہوا

حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کے زمانے میں ایک گانا بجانے والا بوڑھا ہو گیا لوگوں نے سننا چھوڑ دیا' فاقوں کی نوبت آ گئی کیونکہ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کا زمانہ عدل' انصاف' تقویٰ کا زمانہ تھا وہ چھپ چھپ کر یہ کام کرتا تھا۔ جنت البقیع میں گیا اللہ پاک سے فریاد شروع کر دی الٰہی میں بوڑھا' کمزور' ناتواں ہو گیا ہوں کوئی نہیں سنتا' مگر میں نے سنا ہے کہ تو سب کی سنتا ہے۔ وہ جنت البقیع میں یہ فریاد کر رہا تھا۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ گھر میں آرام فرما رہے تھے القاء ہوا جاؤ بقیع میں ہمارا ایک بندہ فریاد کر رہا ہے اس کی فریاد سنو۔ حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ بھاگ کر بقیع کی طرف گئے جب اس نے حضرت عمر رضی اللہ تعالیٰ عنہ کو اپنی طرف آتے دیکھا تو بھاگا کہ شاید میرا راز کھل گیا ہے۔ حضرت عمر نے اس کو آواز دی ٹھہرو مجھے اللہ پاک نے تمہاری مدد کیلئے بھیجا ہے۔ وہ فوراً حیران ہوا اور کہا اے اللہ تو اتنی جلدی فریاد کو سنتا ہے ایک چیخ ماری اور اس کا انتقال ہو گیا۔

☆ ایک بزرگ فرمانے لگے میرے پاس ایک عالم بیعت ہوئے مجھے اپنے والد صاحب کا واقعہ سنانے لگے کہ میرے والد قرآن پاک کے بڑے عاشق تھے ایک مرتبہ کسی اللہ والے نے ان کو فرمایا کہ اگر آپ دو سال تک روزانہ ایک قرآن پاک ختم کریں تو قرآن کا فیض آپ کی نسلوں تک جاری ہو جائیگا۔ میرے والد صاحب کو یہ بات بہت اچھی لگی۔ انہوں نے اس کو اپنا معمول بنا لیا وہ روزانہ ایک قرآن پاک کی تلاوت فرماتے۔ سردی' گرمی' بیماری' رنج یا مصیبت نہ جانیں کیا کیا مصیبتیں ہوتی تھیں مگر میرے والد صاحب نے پورے دو سال تک روزانہ ایک قرآن پاک کا معمول مکمل کیا۔ اس کی یہ برکت ہماری نسلوں میں منتقل ہوئی ہم جتنے بہن' بھائی ہیں اور ان کی جتنی اولادیں ہیں سب کے سب قرآن پاک کے حافظ ہیں۔

قارئین نوٹ فرمالیں!

رسالے میں جتنے بھی مضامین شائع ہوتے ہیں مختلف لوگوں کے طبی اور روحانی مشاہدات ہوتے ہیں۔ خیر خواہی کے جذبے کو سامنے رکھ کر شائع کر دیئے جاتے ہیں۔ لہٰذا ایڈیٹر کا ان کی رائے سے متفق ہونا ضروری نہیں۔ (ادارہ)

اس ماہ کا دکھی خط

مجھ پر وار کر کے میرا سب کچھ برباد کر دیا

ایڈیٹر کی ڈھیروں ڈاک سے صرف ایک خط کا انتخاب نام اور جگہ مکمل تبدیل کر دیئے ہیں تا کہ رازداری رہے۔ کسی واقعہ سے مماثلت محض اتفاقی ہوگی۔ اگر آپ اپنا خط شائع نہیں کرانا چاہتے تو اعتماد اور تسلی سے لکھیں آپ کا خط شائع نہیں ہوگا۔ وضاحت ضرور لکھیں

محترم ایڈیٹر صاحب السلام علیکم! بعد سلام و نیاز کے گزارش خدمت ہے کہ میں گزشتہ کئی سالوں سے آپ کے روحانی ماہنامہ کا قاری ہوں۔ آپ کے بتائے ہوئے کئی وظائف پڑھ چکا ہوں۔ ایڈیٹر صاحب میں اسلام آباد میں رہائش رکھتا ہوں' تقریباً 8 سال قبل میری اسلام آباد میں جوتوں کی دکان تھی۔ میں اکیلا ہونے کی وجہ سے کبھی کبھی اس کاروبار سے اکتا جاتا تھا اور دکان بیچ کر کوئی اور کاروبار کرنے کے بارے میں اپنے دوستوں سے مشورہ کیا کرتا تھا۔ میری مارکیٹ میں سلیم نامی ایک شخص کی کپڑوں کی دکانیں تھیں۔ میرے ایک دوست کے ذریعے سے اسے میرے دکان بیچنے کے ارادے کا پتہ چلا۔ اس دوران مجھے خواب میں ایک بزرگ کی زیارت ہوئی انہوں نے مجھے دکان بیچنے سے منع فرماتے ہوئے کہا ایسا نہ کرنا ورنہ سب کچھ ختم ہو جائے گا۔ اس خواب کے بعد میں بہت فکرمند ہوا اور دکان بیچنے کا ارادہ ترک کر دیا۔

اسی اثناء میں سلیم ایک صاحب کے ہمراہ میری دکان پر آیا اور مجھ سے میرے ایک دوست کے بارے میں پوچھا کہ آپ کے پاس اس کا فون تو نہیں آیا تو میں نے انکار کیا۔ اس نے ان صاحب سے میری دکان کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا یہ دکان ہے اور پھر دونوں چلے گئے۔ تھوڑے ہی عرصے بعد میری دکانداری ختم ہونے لگی اور میں ہر وقت پریشان رہنے لگا۔ دکان پر میرا بالکل دل نہیں لگتا تھا' بہت بے چینی رہتی' دکان چھوڑ کر چلا جاتا تھا اور دماغ میں دکان بیچنے کی دھن سا گئی۔ ایک دن میں خود چل کر سلیم کے پاس گیا اور دکان بیچنے کے بارے میں اس سے بات کی۔ میری اتنی اضطراب کی کیفیت تھی کہ میں اس کے پاس کئی مرتبہ گیا کہ میری دکان لے لو۔ اس طرح اس نے بہت کم قیمت میں میری دکان خرید لی۔ دکان کا بکنا تھا کہ میری بربادی کے دن شروع ہو گئے۔ میں بیمار رہنے لگا' میرے بچے بھی بیمار رہنے لگے۔ میرے والد نے دکان بکنے کا بہت صدمہ کیا اور وہ بھی بیمار رہنے لگے اور چند ماہ بعد وہ ہم سے جدا ہو کر خالق حقیقی سے جا ملے۔ میں بہت کوشش کے باوجود کوئی دوسری دکان نہ خرید سکا۔ کئی کام شروع کرنے کی کوششیں کیں مگر ناکامی ہوئی۔

کچھ ابن الوقت اور دھوکے باز لوگ میرے قریب آ گئے اور میں ان کے مشورے سے مختلف کاموں میں پیسے برباد کرتا رہا۔ والد کے انتقال کے بعد میری کیفیت یہ ہو گئی کہ میں گھر سے باہر جاتے ہوئے ڈرنے لگا' باہر جانے کا سوچتے ہی گھبراہٹ ہونے لگتی ہے۔ میں اپنے عزیز رشتہ داروں اور دوست احباب سے کٹتا چلا گیا۔ اب میرے حالات یہ ہیں کہ میں گھر میں مقید ہوں کہیں باہر جانے کا سوچتا بھی ہوں تو طبیعت خراب ہونے لگتی ہے۔ پیسے سب ختم ہو چکے ہیں۔ بچوں کی تعلیم رک گئی ہے اور اس وقت میرے پاس بچوں کو کھلانے کیلئے بھی پیسے نہیں ہیں۔ میری ایک بہن ہمارے کھانے پینے کا خرچ برداشت کر رہی ہے۔ میری بہن سکول ٹیچر ہے اور اس کی آمدنی بھی بہت قلیل ہے۔ میں نے طبی اور روحانی بہت علاج کروائے مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا جس کام میں ہاتھ ڈالا ناکامی ہوئی۔ ہر کام میں شدید رکاوٹیں ہیں۔ گھر میں ہر وقت ناچاقی اور بے چینی رہتی ہے۔

سلیم نے مجھ پر کیا کروایا کہ میرا سب کچھ چھین لیا۔ میرے بچوں کے منہ کا نوالہ بھی چھین لیا۔ حکیم صاحب یہ بھی اس ہی رب کے بندے ہیں جو اپنے دنیاوی فائدے کی خاطر اس کے بندوں کو یوں برباد کرتے ہیں اور وہ لوگ کون ہیں جو چند ہزار روپوں کے عوض سلیم جیسے لوگوں کا یوں ساتھ دیتے ہیں۔ کیا ان لوگوں کو سدا زندہ رہنا ہے' کبھی اللہ اور اس کے رسول ﷺ کو منہ نہیں دکھانا؟ اس کے علاوہ گھر میں عجیب و غریب واقعات ہو رہے ہیں کبھی آٹا کالا ہو رہا ہے' اوپر چھت پر ہڈی پڑی ہوئی ملی' کئی لوگوں کو دکھایا سب یہی کہتے ہیں آپ پر سفلی عملیات کروائے گئے ہیں اور یہ سلسلہ جاری ہے۔

ایڈیٹر صاحب میں لاکھوں روپے برباد کر چکا ہوں مگر حاصل کچھ نہ کر سکا۔ شاید اللہ رب العزت کے کرم سے آپ کی توجہ حاصل کر سکوں۔ تا حیات آپ کے آباؤ اجداد کیلئے ایصال ثواب کرتا رہوں گا۔

(قارئین الجھی زندگی کے سلگتے خط آپ نے پڑھے، یقیناً آپ دکھی ہوئے ہوں گے۔ پھر آپ خود ہی جواب دیں کہ ان دکھوں کا مداوا کیا ہے؟)

فضیلت رجب کا مہینہ ہے (باقی صفحہ نمبر 41 پر)

(بقیہ: فضائل و برکات محرم الحرام)

اللہ تعالیٰ نے اس امت کیلئے عزت و شرف کا ذریعہ بنایا اور اس کی فضیلت باقی مہینوں پر ایسی ہے جیسے اس امت کی فضیلت باقی امتوں پر۔ ☆ دوسری فضیلت شعبان کا مہینہ اس کی فضیلت باقی مہینوں پر ایسی ہے جیسی آنحضرت ﷺ کی فضیلت باقی انبیاء کرام پر۔ ☆ تیسری فضیلت رمضان المبارک کا مہینہ ہے اس کی فضیلت تمام مہینوں پر یوں ہے جیسے اللہ تعالیٰ کی فضیلت مخلوق پر۔ ☆ چوتھی فضیلت شب قدر کی ہے جو کہ ہزار مہینوں سے بڑھ کر ہے۔ ☆ پانچویں یوم فطر کی جو کہ یوم جزا یعنی بدلہ کا دن کہلاتا ہے۔ ☆ چھٹی ایام عشر یعنی ذوالحجہ کے پہلے دس دن جو کہ اللہ تعالیٰ کی عبادت اور ذکر کے دن ہیں۔ ☆ یوم عرفہ کی فضیلت کہ اس کا روزہ دو سالوں کیلئے کفارہ بنتا ہے۔ ☆ یوم نحر یعنی قربانی کا دن۔ ☆ نویں جمعہ کا دن جو کہ تمام دنوں کا سردار ہے۔ ☆ عاشورہ کا دن کہ اس دن کا روزہ ایک سال کیلئے کفارہ ہے۔ الغرض ان اوقات میں سے ہر ایک کی فضیلتیں ہیں جنہیں اللہ تعالیٰ نے اس امت کیلئے گناہوں کے کفارہ کیلئے اور خطاؤں سے پاک کرنے کیلئے مقرر فرمایا ہے۔ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ قریش دور جاہلیت میں یوم عاشورہ کا روزہ رکھتے تھے خود نبی اکرم ﷺ نے اس دن کا روزہ رکھا ہے جب ماہ رمضان کے روزے فرض ہوئے تو آپ نے ارشاد فرمایا کہ پہلے میں عاشورہ کا روزہ رکھنے کا حکم کیا کرتا تھا اب اختیار جو چاہے رکھے نہ چاہے نہ رکھے۔ حضرت عائشہ

ہیپاٹائٹس کیلئے لاجواب نسخہ

پھٹکڑی' ہیرا کسیس' قلمی شورہ ہر ایک ہم وزن لیکر آگ پر بریاں کریں پھر کھرل کر لیں اور بعد میں فل سائز کیپسول بھر کر صبح نہار منہ لسی' دہی وغیرہ سے روزانہ استعمال کریں۔ **(حکیم محمد اسلم جہانیاں)**

اللہ کے گھر کی اہمیت

خانہ کعبہ ایک ایسی عمارت ہے جس کے اوپر سے آج تک کوئی پرندہ نہیں گزرا۔ دنیا کی کسی ایئر لائن کا جہاز آج تک اس کے اوپر سے نہیں گزرا' قدرتی طور پر اس کی ڈائریکشن ایسی ہے کہ چاند اور سورج بھی اس کے اوپر کھڑے نہیں ہوتے' خانہ کعبہ میں چار ہزار لاؤڈ سپیکر ہیں' 3640 پنکھے ہیں' بلب کی تعداد 21 ہزار ہے۔ 450 برقی گھڑیاں ہیں جو مختلف زبانوں میں ٹائم بتاتی ہیں ہر گھڑی کمپیوٹر سے چلتی ہے۔ 9 بڑے مینار ہیں ہر مینار کی لمبائی 90 میٹر ہے۔ میناروں پر 14 سرچ لائٹ ہیں ہر سرچ لائٹ میں 20 بلب ہیں ہر بلب کی پاور 13500 واٹ ہے۔

☆ دنیا کی سب سے اونچی مسجد کا نام شاہ عبداللہ مسجد ہے جو سعودی عرب کے شہر ریاض میں واقع ہے۔

مسجد غمامہ ایسی مسجد ہے جس پر ہر وقت بادل چھائے رہتے ہیں۔ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے یہاں نماز استسقاء ادا کی تھی تب بارش ہوئی اور آج تک وہاں بادل چھائے رہتے ہیں۔ **(محمد اشتیاق احمد اعوان)**

حکیم عبدالناصر فاروقی

عورت کے چہرے پر بال اچھے لگے

خلیفہ مامون رشید کے زمانہ میں ایک شخص کو دستوں کی شکایت ہوئی دن میں پچاسوں مرتبہ دست آنے لگے جس سے حالت بگڑ گئی حکیم بختیشوع کو علاج کیلئے بلایا گیا اس نے حتیٰ الامکان کوشش کی دست بند ہو جائیں مگر کوئی تدبیر کام نہ آئی بالآخر اس نے مایوس ہو کر مریض کو دست آور دوا پلا دی

بات کی سچائی

مشہور عباسی خلیفہ ہارون رشید کی بہن خلال بانو ایک مرتبہ سخت بیمار ہوئی جبرئیل بن بختیشوع علاج پر مامور تھا مگر کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ خلیفہ اپنی بہن کی بیماری سے بہت فکرمند تھا لہٰذا ایک دوسرا طبیب یوحنا بن ماسویہ کو علاج کیلئے بلایا گیا ماسویہ نے جبرئیل سے علاج کی تفصیل پوچھی تو یہ پایا کہ جبرئیل کا علاج بالکل صحیح ہے۔ پھر اس نے خود مریضہ کا معائنہ کیا اور کہا کہ میرا خیال ہے کہ پرسوں آدھی رات سے پہلے یہ انتقال کر جائے گی۔ جبرئیل نے جب یہ سنا تو کہا کہ بالکل غلط ہے یہ صحت یاب ہو کر عرصے تک زندہ رہے گی۔ لیکن ماسویہ کا یہ قول بالکل صحیح ثابت ہوا اور اس نے جو وقت مریضہ کی موت کا بتایا تھا ٹھیک اسی وقت اس نے دم توڑ دیا۔

مسہل سے دستوں میں فائدہ

خلیفہ مامون رشید کے زمانہ میں ایک شخص کو دستوں کی شکایت ہوئی دن میں پچاسوں مرتبہ دست آنے لگے جس سے حالت بگڑ گئی حکیم بختیشوع کو علاج کیلئے بلایا گیا اس نے حتیٰ الامکان کوشش کی کہ دست بند ہو جائیں مگر کوئی تدبیر کام نہ آئی بالآخر اس نے مایوس ہو کر مریض کو دست آور دوا پلا دی جس سے ایک دن تو خوب دست آئے مگر دوسرے دن سے طبیعت سنبھلنے لگی اور دست بھی بند ہو گئے۔ لوگوں نے حکیم سے اس علاج کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ دستوں کا اصل سبب فاسد مادہ تھا جو دست آور دوا کے استعمال سے خارج ہو گیا۔

عورت کے چہرے پر ڈاڑھی

خلیفہ متوکل عباسی کی ایک کنیز بہت خوبصورت تھی خلیفہ اس پر جان دیتا تھا ایک دن وہ حمام سے نکلی تو اسے کچھ سستی معلوم ہوئی اور دونوں ہاتھ اٹھا کر تن گئی لیکن جب ہاتھ نیچے کرنا چاہا تو ایسا نہ کر سکی۔ دونوں ہاتھ اٹھے کے اٹھے رہ گئے۔ خلیفہ کو یہ دیکھ کر سخت رنج ہوا فوراً اطباء جمع کیے گئے سب نے دیکھ کر یہی کہا کہ اس کا کوئی علاج نہیں ہے۔ وزیر نے عرض کیا کہ کوفے میں ابن صاعد نام کا ایک حاذق طبیب ہے جو اس کا علاج کر سکتا ہے چنانچہ ابن صاعد کو طلب کیا گیا اس نے کنیز کی جب یہ حالت دیکھی تو خلیفہ سے کہا کہ یہ اچھی تو ہو جائے گی مگر ایک شرط ہے۔ خلیفہ نے شرط پوچھی تو اس نے کہا کہ میرا ایک شاگرد ہے وہ اس کے پورے بدن پر تیل ملے گا جو میں نے خود تیار کیا ہے۔ خلیفہ نے خفگی سے کہا یہ کیسے ممکن ہو سکتا ہے کہ میری کنیز کے بدن پر کوئی غیر مرد مالش کرے۔

ابن صاعد نے کہا صرف اسی طریقے سے ہی اس کا علاج ہو سکتا ہے۔ خلیفہ کو مجبوراً یہ شرط منظور کرنا پڑی۔

ابن صاعد کے حکم سے کنیز برہنہ کر دی گئی اور دفعتاً اس کے سامنے ابن صاعد کا شاگرد بلایا گیا کنیز نے جب اجنبی مرد کو دیکھا تو شرم سے پانی پانی ہو گئی، رگوں میں خون نے جوش مارا اور وہ اپنے کپڑوں کی طرف دوڑی اور جلدی سے ستر پوشی کی اب اس کے ہاتھ ٹھیک ہو چکے تھے۔

خلیفہ کو بہت خوشی ہوئی اس نے ابن صاعد کو انعام دینے کا حکم دیا مگر ابن صاعد نے کہا کہ میں اس وقت انعام لوں گا جب کہ میرے شاگرد کو بھی انعام دیا جائے گا کیونکہ اصلی انعام کا مستحق وہی ہے۔ خلیفہ کے بلانے پر شاگرد حاضر ہوا اس کی لمبی ڈاڑھی کو دیکھ کر خلیفہ کو تعجب ہوا ابن صاعد نے آگے بڑھ کر شاگرد کے منہ پر لگی ڈاڑھی کو کھینچ لیا۔ ڈاڑھی الگ ہو گئی خلیفہ نے دیکھا کہ اب اس کے سامنے مرد نہیں عورت کھڑی ہے۔ خلیفہ یہ جان کو بہت خوش ہوا کہ ابن صاعد نے ایک عورت کے چہرے پر ڈاڑھی لگوا کر اس کی عزت رکھی ہے اور کنیز کو اجنبی مرد کے سامنے نہیں کیا۔ ابن صاعد اور اس عورت کو خلیفہ کی طرف سے بہت سا انعام عطا کیا گیا۔

سستا اور لاجواب سرمہ

سرمہ سفید کے چمکدار اور صاف شفاف ٹکڑے لے کر خوب باریک پیس لیں کپڑ چھان کر لیں' لاجواب سرمہ تیار ہے۔ آنکھوں میں ککرے ہوں' پانی بہتا ہو' ناخنہ اور پھولا ہو (لیکن پھولا چیچک کا نہ ہو) اس لاجواب سرمہ کا استعمال کیجئے سب شکایات دور ہو جائیں گی۔ (**عبدالقدوس' لاہور**)

اس ماہ کا نورانی مراقبہ

مراقبے سے علاج

مراقبے کے جب کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دے گا۔

Meditation یعنی مراقبہ جہاں ازل سے روحانیت کی ترقی اور مشکلات کے حل کا علاج رہا ہے وہاں جدید سائنس نے اسے امراض کا یقینی علاج بھی قرار دیا ہے۔ ہزاروں تجربات کے بعد عبقری کے قارئین کے لئے مراقبے سے علاج پیش خدمت ہے۔ سوتے وقت اگر باوضو اور پاک سوئیں تو سب سے بہتر ورنہ کسی بھی حالت میں صرف 10 منٹ بستر پر بیٹھ کر بلاتعداد یَـا رَؤُفُ یَـا رَحِیْمُ داول و آخر 3 بار درود شریف پڑھیں پھر لیٹ جائیں۔ جس مرض کا خاتمہ یا الجھن کا حل چاہتے ہوں اس کو ذہن میں رکھ کر یہ تصور کریں کہ ''آسمان سے سنہرے رنگ کی روشنی میرے سر سے سارے جسم میں داخل ہو کر اس مرض کو ختم یا الجھن کو حل کر رہی ہے اور اس وظیفے کی برکت سے میں سو فیصد اس پریشانی سے نکل گیا/گئی ہوں'' یہاں تک کہ اس تصور کو دہراتے دہراتے نیند آ جائے۔ شروع میں تصور بناتے ہوئے آپکو مشکل ہوگی لیکن بعد میں آپ پر جب اسکے کمالات کھلیں گے تو حیرت کا انوکھا جہان اور مشکلات کا سو فیصد حل خود آپ کو حیرت زدہ کر دیگا۔ مراقبے کے بعد اپنی کیفیات فوائد اور انوکھے تجربات ہمیں لکھنا نہ بھولیں۔

مراقبے سے فیض پانے والے

محترم حکیم صاحب السلام علیکم! آپ سے اور آپ کے رسالے عبقری سے میں نے بہت کچھ حاصل کیا ہے۔ میں اب افسوس کرتا ہوں کہ میں نے زندگی کے اتنے سال آوارہ گھوم کر اور نشے کر کے یوں ہی برباد کیے۔ حکیم صاحب عبقری سے ملاقات میرے ایک دوست نے کرائی۔ ان دنوں میں نشہ کرتا تھا اور ہر وقت نشے میں گم رہتا تھا۔ میں نے نشے سے جان چھڑانے کی ہر ممکن کوشش کی لیکن ہر بار ناکام رہتا۔ ایک دفعہ رسالے میں میں نے مراقبے کا مضمون پڑھا اور خلوص دل سے مراقبہ کرنا شروع کر دیا۔ حکیم صاحب یقین کیجئے میں ابھی صرف دو دن ہی مراقبہ کیا تھا کہ میں نے محسوس کیا کہ اب میرا دل نشہ کرنے کو نہیں کر رہا اور آہستہ آہستہ میں نے اب نشہ کرنا چھوڑ دیا ہے اور مراقبہ کرنا شروع کر دیا ہے۔ حکیم صاحب اس مراقبہ کے عمل نے مجھے نئی زندگی دی ہے۔ (**محمد شہزاد' لاہور**)

خوشبو' ذائقہ اور صحت

سید رشید الدین احمد

وہ اس ذائقے اور خوشبو کا مقررہ ''نقطہ تشفی'' کہلاتی ہے اور جب تک اس کی تکمیل اور تشفی نہیں ہوتی ہم کھانا کھائے جاتے ہیں۔ان کی موٹاپے کے بارے میں طویل تحقیق بتاتی ہے کہ موٹے اور فربہ افراد میں معمول کے وزن والے افراد کے مقابلے میں اس نقطے کی سطح زیادہ بلند ہوتی ہے

آپ نے اس کنجوس کی کہانی تو سنی ہوگی جو ایک بھٹیارے کے پڑوس میں رہتا تھا اور جب پڑوس کے گھر سے کسی سالن کی خوشبو آتی تو اس کا تصور کرکے محض خوشبو سونگھ کر روکھی روٹی مزے لے کر کھاتا۔

صرف خوشبو سونگھ کر پیٹ تو شاید کسی بخیل ہی کا بھر سکتا ہے' لیکن کھانے میں اگر خوشبو نہ ہو تو وہ شوق سے کھایا نہیں جاسکتا۔سادہ روٹی کی بھی اپنی خوشبو ہوتی ہے اور بڑی اشتہا انگیز ہوتی ہے۔بشرطیکہ صحیح آگ پر پکی ہوئی ہو۔

مسالوں کے استعمال کا ایک اہم مقصد کھانے پینے کی اشیاء کو خوشبودار بنانا ہوتا ہے۔ان کا ایک مقصد ذائقے اور خوشبو کی تبدیلی بھی ہوتی ہے۔مختلف مسالوں کے استعمال ہی سے یہ ممکن ہوتا ہے ورنہ طویل عرصے تک ایک سی سپاٹ غذا کا کھانا بہت مشکل بلکہ ناممکن ہوجاتا ہے۔پیٹ تو کسی طرح بھر جاتا ہے' لیکن اچھی غذا سے حاصل ہونے والی طمانیت نہیں ملتی۔

ہماری بڑی بوڑھیاں اس کی اہمیت سے آگاہ تھیں۔ وہ دال بھی پکاتیں تو اس میں مختلف اشیاء کے بھگارے سے خوشبو پیدا کردیتیں۔ ان کی بنائی ہوئی ترکیبیں پشت در پشت آج تک کام آرہی ہیں اور ان کی مدد سے دال آج بھی مختلف انداز میں پک کر لذت بھی دے رہی ہے اور پیٹ بھی بھر رہی ہے۔

ہاں یہ ضروری ہے کہ آپ میں خوشبو کی پرکھ ہو' اس کا شوق بھی ہو۔یہ اگر نہیں ہے تو اس کا مطلب یہ بھی ہوسکتا ہے کہ آپ کے سونگھنے کی صلاحیت مشکوک ہوگئی ہے اور اگر یہ ہوگئی ہے تو پھر ذائقے کی دولت بھی آپ کے حصے میں بہت کم آئے گی۔آخر کیا وجہ ہے کہ خوشبو سے بھوک بڑھ جاتی ہے؟ منہ میں پانی بھر آتا ہے اور انسان بے چین ہوجاتا ہے۔بات دراصل یہ ہے کہ خوشبو اور ذائقے کا دماغ میں واقع مراکز دباؤ سے بڑا گہرا تعلق ہوتا ہے۔آپ جب بھی کوئی چیز اپنی زبان پر رکھتے ہیں اس پر واقع ذائقے کی ننھی منی کلیاں یا ابھار اس چیز کا فوری طور پر جائزہ لینے لگتی ہیں کہ اس کا مزہ کیسا ہے' کڑوا ہے' میٹھا' نمکین یا کھٹا ہے۔

16 سال تک موٹاپے میں خوشبو کے کردار کا جائزہ لینے والے ایک طبی ماہر نفسیات ڈاکٹر سوسن شیف مین کے مطابق غذا کے چبانے سے نوالے میں چھپی ہوئی خوشبو نکھرتی ابھرتی ہے اور جب یہ نوالہ چبانے کے بعد حلق میں پہنچتا ہے تو یہاں سے اٹھنے والی خوشبو ناک میں پہنچ کر سونگھنے کی حس کو تیز تر کرنے کے علاوہ غذا کے ذائقے میں بھی اضافہ کردیتی ہے۔

خوشبو' نفسیاتی اعتبار سے بھی ہمیں متاثر کرتی ہے۔خوشبو کے ساتھ بہت سی یادیں بھی تو جڑی ہوتی ہیں۔ بات کھانے اور خوشبو کی ہورہی ہے تو اس حوالے سے بھی آپ کو اپنی ماں' دادی یا نانی کے ہاتھ کے پکے ان کھانوں کی خوشبو اور لذت آج تک یاد ہوگی جو آپ نے اپنے بچپن یا لڑکپن میں کھائے تھے۔یہی وجہ ہے کہ بیوی کتنے ہی جتن سے ہانڈی سنوار دے' شوہر یہی کہتے ملیں گے خوب پکا ہے' مگر پھر بھی اماں کے ہاتھ کی بات نہیں۔

ڈاکٹر شیف مین کے مطابق ہر شخص کو اس کی غذا میں کچھ نہ کچھ ذائقے اور خوشبو کی ضرورت ہوتی ہے۔ وہ اس ذائقے اور خوشبو کا مقررہ ''نقطہ تشفی'' کہلاتی ہے اور جب تک اس کی تکمیل اور تشفی نہیں ہوتی ہم کھانا کھائے جاتے ہیں۔ان کی موٹاپے کے بارے میں طویل تحقیق بتاتی ہے کہ موٹے اور فربہ افراد میں معمول کے وزن والے افراد کے مقابلے میں اس نقطے کی سطح زیادہ بلند ہوتی ہے''یعنی ذائقے اور خوشبو کے اس نقطے یا پوائنٹ تک پہنچنے کیلئے وہ کھاتے چلے جاتے ہیں۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ کیا موٹے افراد کو مطلوبہ ذائقہ اور خوشبو مل جائے تو وہ کم کھائیں گے؟ اس کا کھوج لگانے کیلئے انہوں نے موٹے افراد سے پوچھا کہ ایک دن میں انہیں کم حراروں کے کتنی قسم کے انتہائی پسندیدہ کھانے درکار ہوں گے؟ ان موٹے افراد میں سے 31 نے ایک دن میں ایک سو قسم کے مختلف کھانوں کی فہرست ان کے حوالے کی۔اب انہوں نے بہت موٹے افراد کے تین گروپ بنائے جنہیں دو ہفتوں تک ایک ہزار ہزاروں کی غذا کھلائی گئی۔

دو ہفتوں کے بعد اس گروپ کے موٹے افراد کے وزن میں 34 سے 41 پونڈ تک کمی ریکارڈ کی گئی جب کہ خوشبو کے بغیر غذا کھانے والے دوسرے گروپ کے وزن میں کمی کا اوسط 47 پونڈ رہا۔اس میں شک نہیں کہ اسے وزن میں نمایاں کمی نہیں کہا جاسکتا لیکن اس سے یہ ضرور ثابت ہوگیا کہ خوشبو کی وجہ سے غذا زیادہ رغبت سے کھائی جاتی ہے۔

اب وزن کم کرنے کے خواہشمند افراد کیا کریں؟ انہیں ڈاکٹر سوسن شیف مین کا مشورہ ہے کہ وہ ہر کھانے پر یکساں خوشبو کی مختلف اشیاء کھائیں' مگر ہر کھانے کا صرف ایک ہی نوالہ کھائیں۔اس طرح ذائقے اور خوشبو کی حس یکساں خوشبو اور ذائقے کی وجہ سے تھک جائے گی اور کھانا کم کھایا جائے گا۔

اس کے علاوہ غذا کو زیادہ چبائیں' اس طرح کھانے کا زیادہ ذائقہ اور خوشبو حاصل ہوگی۔ایک تدبیر یہ بھی ہے کہ کھانے اپنی پسندیدہ خوشبو شامل کرکے گرم کریں کیونکہ حرارت سے خوشبو اور بھی تیز ہوجاتی ہے۔اس طرح زبان کی ذائقے کی کلیاں بہت جلد سیر ہوجائیں گی اور کھانا کم کھایا جائے گا۔

اگر کم حراروں والی بعض گرم اشیاء مثلاً مچھلی یا پھول گوبھی کا ذائقہ اچھا نہ لگے تو انہیں ٹھنڈا کھانا چاہیے۔ٹھنڈک سے غذاؤں کی بوناک تک کم پہنچے گی۔

اسی طرح زیادہ مسالوں والے کھانے بھی کم کھائے جاتے ہیں۔ سادہ پلاؤ اور گوشت کے مقابلے میں مصالحے دار بریانی' شب دیگ اور پسندے وغیرہ کم کھائے جاتے ہیں' لیکن مصالحوں سے پیاس زیادہ لگتی ہے' اسے صرف حراروں سے خالی سادہ پانی ہی سے بجھانا چاہیے' بوتلوں سے نہیں۔

پھوڑے پھنسی کا تیر بہدف علاج

شہادت کی انگلی پر لعاب لگائیں پھر تین بار بسم اللہ اللہ اکبر اور ایک بار اَمۡ اَبۡرَمُوۡۤا اَمۡرًا فَاِنَّا مُبۡرِمُوۡنَ **(الزخرف 79)** پڑھ کر دم کریں اور وہ لعاب پھوڑے پھنسی یا زخم پر لگائیں۔ عجیب و غریب تاثیر رکھتا ہے۔خصوصاً وضو کے فوراً بعد عضو کو خشک کرنے سے پہلے اگر یہ عمل کیا جائے تو اس کی تاثیر بڑھ جاتی ہے۔عورتوں کیلئے یہی دم تیل پر کرکے دیں یعنی لعاب پر دم کرکے تیل میں شامل کردیں۔اس دم والے تیل کی برکت سے کوڑھ جیسی بیماری کے مریض بھی الحمدللہ ٹھیک ہوگئے۔وہ افراد جن کی انگلیوں کے پورے گل گر رہے تھے اس دم والے تیل کی برکت سے بھلے چنگے ہوئے۔یہ عمل میں نے خود کئی بار آزمایا ہے بہت نفع پایا۔ **(ایک بہن پوشیدہ)**

غلام محمد زیبی، پشاور

دائمی قبض اور بواسیر کا فریدی رح ٹوٹکہ

بیماری کے متعلق دریافت کیا تو بتایا کہ چند دن کے استعمال سے کافی افاقہ ہوا۔ میں نے تقریباً 20-25 دن استعمال کیا اور اسی فیصد آرام آگیا اب گھر میں بنا کر رکھا ہوا ہے کبھی کبھی استعمال کرتا ہوں۔ الحمدللہ بہت فائدہ ہوا ہے

قبض پرانے امراض میں سے ایک مرض ہے بہت کم لوگ اس کی طرف توجہ دیتے ہیں اور اسے ایک عام سی چیز تصور کر کے علاج کرنے کی بجائے نظرانداز کر دیتے ہیں۔ حالانکہ اس کو معمولی مرض نہیں سمجھنا چاہیے اور اس کی طرف خصوصی توجہ ضروری ہے۔ آج پریشانیوں کا دور دورہ ہے اس کے ساتھ نہ خالص خوراک میسر ہے نہ آرام وسکون حاصل ہے اور خالص ماحول بھی محال ہے۔ یہی حال دوائیوں کا بھی ہے۔ ایسے میں انسان کے جواہر خمسہ لازماً متاثر ہوں گے معدہ چونکہ انسانی جسم میں مرکزی حیثیت رکھتا ہے اس لیے زیادہ متاثر ہی معدہ ہوگا۔ اگر معدہ درست ہوگا تو بہت بیماریوں سے بچاؤ ممکن ہوگا۔ ورنہ پیٹ کے ساتھ ساتھ دیگر بیماریاں بھی لاحق ہوں گی پیٹ کی بڑی اور عام دو بیماریوں میں ایک دست وپیچش ہے اور دوسری بیماری قبض کی بیماری ہے۔ اگر ہر وقت مکمل علاج نہ کیا جائے تو دیگر بیماریاں لاحق ہونی لازماً ہو جاتی ہیں۔ حکماءقدیم اور حکماءجدید نے بھی قبض کو ایک بڑی بیماری کہا ہے جس طرح دست وپیچش انسان کو کمزور کر کے بالکل نڈھال اور کئی بیماریوں میں مبتلا کر دیتا ہے اس میں بدنی کمزوری سرفہرست ہے۔ اسی طرح قبض بھی بذات خود ایک بڑی بیماری ہے بلکہ یہ کہنا بجا ہوگا کہ یہ دیگر بیماریوں کی جڑ ہے اور اس سے دیگر بیماریوں کا ہونا کوئی عجیب اور نئی بات نہیں کیونکہ جس درخت کی جڑ مضبوط ہوگی اس کا تنا بھی مضبوط اور طاقتور ہوگا اس کے مقابلہ میں جس درخت کی جڑ میں بیماری ہو وہ نہ تو اچھی طرح سے پروان چڑھتا ہے اور نہ ہی پھل پھول درست ہوں گے۔ دفع قبض ہی سے کئی بیماریوں سے بچاؤ ممکن ہے کیونکہ زنانہ اور مردانہ اکثر بیماریاں قبض ہی کی وجہ سے ہو جاتی ہیں۔ اس لیے اس طرف خصوصی توجہ بے حد ضروری ہے۔

یوں تو قبض کیلئے انگریزی اور دیسی ادویات کے علاوہ کئی گھریلو ٹوٹکے بھی موجود ہیں اور اس سے فیض یابی ہوتی رہتی ہے آج میں آپ کو ایک فقیری اور مجرب نسخہ بتاتا ہوں یہ نسخہ حضرت بابا فرید گنج شکر رحمۃ اللہ علیہ سے منسوب ہے۔ کافی عرصہ پہلے مجھے یہ نسخہ ایک صاحب سے ملا تھا۔ تجربہ کرنے پر بہترین ثابت ہوا۔ چنانچہ استعمال کے بعد تحریر کر کے محفوظ کر لیا۔ تاکہ کسی کے کام آسکے۔ ہمارے ایک واقف کار کو عرصہ سے قبض کی شکایت تھی اور کبھی کبھی اس میں شدت بھی آجاتی تھی۔ اس نے بتایا کہ کھانے کو دل نہیں چاہتا دل پر بوجھ، دماغ پر پریشانی اور بے سکونی کی کیفیت ہوتی، اکثر سر میں درد کی شکایت رہتی ہے کافی دوائیاں استعمال کیں۔ فائدہ ہو جاتا ہے لیکن عارضی طور پر، مکمل آرام نہیں آتا، اسپغول، تیل ارنڈ اور کبھی کبھی ہومیوپیتھک علاج بھی کرتا مگر آرام نہیں آتا۔ ایک دن میں اور وہ ایک جگہ بیٹھے تھے انہوں نے اپنی سب شکایتیں بیان کیں۔ میں نے ان کو یہی نسخہ لکھ کر دیا اور نسخہ بنانے کو کہا کہ اللہ کا نام لے کر چند دن استعمال کر کے آزمالیں۔ اس دوائیوں کے مارے نے ٹوٹے دل سے نسخہ بنا کر استعمال کیا۔ کافی دنوں بعد اس سے ملاقات ہوئی۔ بیماری کے متعلق دریافت کیا تو بتایا کہ چند دن کے استعمال سے کافی افاقہ ہوا۔ میں نے تقریباً 20-25 دن استعمال کیا اور اسی فیصد آرام آگیا اب گھر میں بنا کر رکھا ہوا ہے کبھی کبھی استعمال کرتا ہوں۔ الحمدللہ بہت فائدہ ہوا ہے۔ اب دل اور دماغ پر بوجھ نہیں اور کھانا بھی شوق سے کھالیتا ہوں اور کئی ضرورت مندوں کو دیا خدا کے فضل سے انہوں نے بھی فائدہ اٹھا کر تعریف کی اور ایسا کیوں نہ ہو کہ صاحب نسخہ (حضرت بابا فرید گنج شکر رحمۃ اللہ علیہ) خود ایک کامل ولی اور قابل تعریف ہستی ہیں خدا ان کے درجات اور بھی بلند فرمائے۔ آمین۔

تو لیجئے نسخہ حاضر خدمت ہے ہر ضرورت مند بھائی بہن استعمال کر کے فائدہ اٹھائیں اور ہم سب کو اپنی دعاؤں میں شامل فرمائیں۔ **نسخہ:** نمک لاہوری 2 تولے، الائچی کلاں ایک تولہ، مرچ سیاہ ایک تولہ، ثناءمکی ایک تولہ، سونٹھ ایک تولہ، کلونجی اور گل سرخ 3-3 گرام، تمام ادویات صاف کر کے باریک کوٹ چھان لیں اور محفوظ کریں۔ رات سوتے وقت 6 گرام پانی سے کھالیا کریں ہفتہ میں ایک 2 مرتبہ روغن ارنڈ یا روغن بادام رات سوتے وقت دودھ میں کچھ مدت استعمال کریں خدا نے چاہا تو پرانے قبض کا بھی خاتمہ ہو جائے گا اور اللہ کا شکر ادا کریں مگر کچھ مدت متواتر کھانا ضروری ہے۔

سر درد کیلئے روحانی علاج

اس عمل کو کرنے والے کو اللہ کے فضل سے زندگی میں کبھی دوبارہ سر درد کی شکایت نہیں ہوگی۔ عمل یہ ہے:۔

ضرورت کے مطابق گڑ لیکر کسی کھلے منہ والے برتن میں رکھ دیں، باوضو ہو کر اول وآخر درود شریف ابراہیمی کے ساتھ 7 مرتبہ سورۂ فاتحہ پڑھ کر اس گڑ پر پھونک مار کر دم کریں۔

اب ڈھائی تولے گڑ کی مقدار مریض کو نہار منہ کھلائیں اس کے بعد اس وقت تک مریض کھانا نہ کھائے جب تک شدید بھوک نہ لگے۔ انشاءاللہ اللہ نے چاہا تو دوبارہ سر درد کی شکایت نہیں ہوگی۔ اس عمل میں مریض کا علاج پر اطمینان اس کی جلد صحت یابی میں اہم کردار ادا کرے گا۔ **(عبدالرشید، کراچی)**

دافع زہر

شہد، پیاز اور نمک کیساتھ اخروٹ پیس کر دیوانے کتے کے کاٹے پر باندھیں، زہر فوری دور ہو جائیگا۔ **(مشتاق، اسلام آباد)**

(بقیہ: روحانی محفل سے فیض پانے والے)

ایک ماہ کے اندر اندر میں ٹھیک ہوگئی اور اب الحمدللہ بالکل ٹھیک ہوں۔ نہ میں اب کوئی دوائی استعمال کرتی ہوں اور نہ کوئی گھریلو ٹوٹکہ......**(علیزہ، لاہور)**

پیٹ کے امراض کیلئے تین لاجواب نسخے

ھوالشافی: سونٹھ 50 گرام، نوشادر 20 گرام، قلمی شورہ 20 گرام، میٹھا سوڈا 50 گرام، چینی 150 گرام، عرق سونف یا پودینہ یا گلاب یا پانی ایک بوتل۔

تمام چیزوں کا پاؤڈر بنا کر پانی یا عرق میں حل کر لیں، باریک کپڑے سے چھان لیں۔ دو چمچ کھانا کھانے کے آدھ یا ایک گھنٹے بعد۔ سینے کی جلن، تیزابیت، قبض گیس، بھوک نہ لگنا انشاءاللہ اور بھی بہت سے امراض سے نجات ملے گی۔

نسخہ نمبر 2: سالٹ 100 گرام، میٹھا سوڈا 20 گرام، نوشادر 20 گرام، قلمی شورہ 20 گرام، ایک بوتل عرق اجوائن یا عرق سونف حل کر کے چھان لیں۔ رات سوتے وقت 25 گرام سے 50 گرام تک استعمال کریں۔ عمدہ قبض کشا ہے، پیٹ کم ہونا شروع ہو جاتا ہے، جسم قائم دائم ہو جاتا ہے۔

نسخہ نمبر 3: سوڈا سلی سلاس 100 گرام، میٹھا سوڈا 100 گرام، گلیسرین 100 گرام، چینی 100 گرام، پانی ایک بوتل میں حل کر لیں۔ ایک گھونٹ چھوٹا صبح، دوپہر، شام ہمراہ پانی۔ جسم میں دردِ ستی ختم ہو جاتی ہے۔ **(حکیم غلام رسول، کاموکی)**

ع،م۔چوہدری

درود و سلام کی اہمیت اولیاء کی نظر میں

☆درود شریف گناہوں کو ایسے مٹا دیتا ہے جس طرح بھڑکتی ہوئی آگ کو پانی بجھا دیتا ہے۔**(حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ)**☆اہل سنت والجماعت کی علامت اللہ تعالیٰ کے پیارے رسول ﷺ پر درود پاک کی کثرت پاک کی کثرت سے بھیجنے سے ہے۔ **(حضرت زین العابدین رحمۃ اللہ علیہ)**

اللہ اور اس کے فرشتے نبی (ﷺ) پر درود بھیجتے ہیں۔اے ایمان والو! تم بھی نبی (ﷺ) پر درود بھیجو۔**(اللہ تعالیٰ)**

☆جو مجھ پر درود پڑھنا بھول گیا وہ جنت کا راستہ بھول گیا۔**(نبی کریم ﷺ)**

☆مجلسوں کی زینت نبی کریم ﷺ پر درود شریف پڑھنا ہے۔لہٰذا مجالس کو درود شریف سے آراستہ کرو۔**(حضرت ابوبکر صدیقؓ)**

☆نبی پاک ﷺ پر درود شریف پڑھنا جنت کا راستہ ہے۔ **(حضرت ابوہریرہؓ)**

☆درود پاک کا پڑھنا' درود پاک پڑھنے والے' اس کی اولاد اور اولاد کی اولاد کو رنگ دیتا ہے۔**(حضرت خدیجۃ الکبریٰ رضی اللہ عنہا)**

☆جمعہ کے دن علم کی اشاعت کرو اور حضور پاک ﷺ پر کثرت سے درود شریف پڑھا کرو۔ **(حضرت عمر بن عبدالعزیز رحمۃ اللہ علیہ)**

☆اہل سنت والجماعت کی علامت اللہ تعالیٰ کے پیارے رسول ﷺ پر درود پاک کی کثرت پاک کی کثرت سے بھیجنے سے ہے۔**(حضرت امام زین العابدینؒ)**

☆میں اس چیز کو محبوب رکھتا ہوں کہ ہر مسلمان ہر حال میں درود شریف کثرت سے پڑھے۔ **(حضرت امام شافعی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆رسول اکرم ﷺ پر درود شریف پڑھنا سب عملوں سے افضل ہے۔**(حضرت ابن نعمان رحمۃ اللہ علیہ)**

☆اللہ تعالیٰ بھی درود شریف پڑھتا ہے اور فرشتے بھی حالانکہ فرشتے شریعت کے پابند نہیں مگر درود شریف پڑھ کر اللہ تعالیٰ کا قرب حاصل کرتے ہیں۔**(حضرت حلیمی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆اے ایمان والو! تم مسجدوں میں نماز پڑھنا اور اللہ کے حبیب ﷺ پر درود شریف کی کثرت کو لازم کرلو۔ **(سیدنا غوث الاعظم شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆رسول اللہ ﷺ پر درود شریف پڑھنا خوشیوں کے حاصل کرنے کا ذریعہ ہے اور نقصان والی چیز سے بچنے کا راستہ ہے۔**(حضرت علامہ عراقی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆حضور اقدس ﷺ پر درود شریف پڑھنا ہر خیر اور انوار و اسرار حاصل کرنے کی چابی ہے۔ **(حضرت سیدنا ابوالعباس رحمۃ اللہ علیہ)**

☆اس محبوب کریم ﷺ کا سب سے اولیٰ اور اعلیٰ افضل اور اکمل ذکر پاک آپ ﷺ پر درود شریف پڑھنا ہے۔ **(حضرت امام قسطلانی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆جس کو کوئی حاجت پیش آئے تو ہزار بار نبی کریم ﷺ پر پوری توجہ اور ادب کے ساتھ درود شریف پڑھے اور دعا مانگے انشاءاللہ حاجت پوری ہوگی۔ **(سید کرم علی خواصی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں جو درود شریف کے راستے سے آئے گا اس کو رد ہونے کا کوئی خوف نہیں۔ **(شاہ عبدالحق محدث دہلوی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆جنت صرف درود شریف سے ہے اس لیے وسیع ہوتی ہے کہ جنت نور مصطفیٰ ﷺ سے پیدا شدہ ہے۔**(سید عبدالعزیز دباغ رحمۃ اللہ علیہ)**

☆یاالٰہی درود شریف بھیج اُس ذاتِ گرامی (ﷺ) پر جس پر درود شریف سے اولیائے کرام کے درجے بلند ہوتے ہیں۔**(حضرت شیخ المشائخ سید سلیمان جزولی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆جو شخص حضور انور ﷺ پر درود پڑھتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے دل کو گناہوں سے یوں پاک کردیتا ہے جس طرح پانی کپڑے کو پاک کردیتا ہے۔**(حضرت خضر علیہ السلام بحوالہ القول البدیع)**

☆اہل محبت کو چاہیے کہ درود شریف پڑھنے پر صبر و استقلال کیساتھ ہیشگی کریں۔**(حضرت شیخ اکبر ابن عربی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆درود شریف گناہوں کو ایسے مٹا دیتا ہے جس طرح بھڑکتی ہوئی آگ کو پانی بجھا دیتا ہے۔**(حضرت ابوبکر صدیق رضی اللہ عنہ)**

☆اے بھائی اللہ تعالیٰ تک پہنچنے کے راستوں میں سے قریب ترین راستہ اپنے رسول مقبول ﷺ پر درود شریف پڑھنا ہے۔**(حضرت امام شعرانی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆حضور اکرم ﷺ پر درود شریف پڑھنا صدقہ نہ ہونے کی صورت میں صدقہ کے قائم مقام ہو جاتا ہے۔ **(حضرت حافظ بن حبان رحمۃ اللہ علیہ)**

☆حضرت شیخ عبدالوہاب متقی رحمۃ اللہ علیہ نے جب اپنے خاص الخاص پیارے مرید شیخ عبدالحق رحمۃ اللہ علیہ کو مدینہ منورہ کی زیارت کے واسطے رخصت کیا تو فرمایا کہ "یاد رکھ کہ اس راہ میں بعد از ادائیگی فرض کوئی بھی عبادت اگر فرض کے برابر ہے تو صرف درود شریف پڑھنا ہے تم کو چاہیے کہ تمام وقت اس میں صَرف کرو۔"

☆شیخ عبدالحق رحمۃ اللہ علیہ نے عرض کی اس میں کوئی خاص عدد ہو تو فرمایئے تاکہ میں اس قدر پڑھوں۔حضرت نے فرمایا کوئی عدد نہیں۔اتنا پڑھو کہ تمہاری زبان اس میں تر ہو جائے اور تو اس رنگ میں رنگین ہو جائے۔**(حضرت عبدالوہاب متقی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆درود شریف پڑھنے کا حکم اس لیے دیا گیا ہے تاکہ روح انسانی جو ضعیف ہے اللہ تعالیٰ کے انوار کی تجلیات قبول کرنے کی طاقت حاصل کرلے۔**(حضرت امام فخر الدین رازی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆جو ایک کروڑ مرتبہ حضور نبی کریم ﷺ پر درود شریف پڑھے وہ حکیم الامت بن سکتا ہے۔ **(حضرت علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ)**

☆مشرق و مغرب کے علوم نے مجھے چنداں نفع نہیں پہنچایا' مجھے نفع تو صرف پہنچایا ہے رسول اللہ ﷺ پر صلوٰۃ و درود نے۔**(حضرت علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ)**

☆ہر اہل ایمان کو چاہیے کہ درود شریف کثرت سے پڑھے اور کسی حال میں بھی درود شریف سے غافل نہ رہے۔ (حضرت قاضی ابوبکر بن بکیر رحمۃ اللہ علیہ)☆حضور اقدس کی ذات انور پر درود و سلام عرض کیے بغیر دعا زمین و آسمان کے درمیان معلق رہتی ہے۔☆جو شخص حضور نبی کریم ﷺ پر درود نہ بھیجے جس وقت کہ حضور اقدس ﷺ کے پاک نام کا ذکر کیا جارہا ہو پس وہ پکا بخیل ہے اور اتنا اضافہ کراس پر کہ وہ بزدل نامرد بھی ہے۔ (حضرت علامہ سخاوی رحمۃ اللہ علیہ)☆اگر مجھے ذکر خدا کے بھول جانے کا اندیشہ نہ ہوتا تو میں قربِ خدا تعالیٰ کو صرف درود مصطفیٰ ﷺ کے ذریعے حاصل کرتا۔**(سیدنا حضرت علی المرتضیٰ رضی اللہ عنہ)**

☆جس کو اللہ تعالیٰ کا ذکر کرتے یا رسول اللہ ﷺ کی ذات پاک پر درود پڑھتے دیکھوں تو اُس کا احترام کرتا ہوں۔اسے اپنی طرف متوجہ نہیں کرتا۔اپنی ضرورت مؤخر کردیتا ہوں کیونکہ وہ اس مصروفیت میں اللہ تعالیٰ اور حضور انور ﷺ کا ہم نشین ہوتا ہے۔**(امام عبدالوہاب شعرانی رحمۃ اللہ علیہ)**

☆صفائے قلب کے ساتھ حضور اکرم ﷺ پر درود بھیجنا دنیوی و اُخروی تمام مقاصد کے حصول کا ضامن اور تمام مشکلات کا حل ہے جو شخص اس پر عمل کرے گا وہی اللہ تعالیٰ کا سب سے بڑھ کر برگزیدہ ہوگا۔**(حضرت شیخ ابوالعباس رحمۃ اللہ علیہ)**

ایک خوش قسمت شہید محبت

(داعی اسلام حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی مدظلہ' پھلت)

یہ سن کر جیسے وہ بلک گئے ہوں' بیتاب ہو کر بولے اپنے نبی ﷺ سے محبت کسی مسلمان کو نہ ہو تو وہ کتے کی موت مرے گا' میں نے عرض کیا حاجی صاحب پیارے نبی ﷺ سے ملاقات کا شوق بھی ہوگا؟ بولے بھلا کون مسلمان ہوگا جسے آپ ﷺ سے ملاقات کا شوق نہ ہو

دو روز سے بھیڑ کی وجہ سے حرم شریف میں اندر حاضری نہیں ہو پائی تھی' اس لیے عصر کی نماز باہر پڑھ کر یہ حقیر حرم میں داخل ہوا' ترکی عمارت میں ایک عرب حاجی نے اپنے برابر میں جگہ دیدی' میں نے سلام کیا تو جواب دیا' وہ حاجی صاحب کلین شیو تھے اور مونچھ اتنی بڑی کہ خدا کی پناہ' ڈاڑھی کا ایک حصہ مونچھوں میں ملا کر بڑی ڈراونی صورت جیسے کسی مقابلہ کیلئے تیاری کی ہو' اس حقیر کو وہ چہرہ دیکھ کر بڑی تکلیف ہوئی اور شاید اپنی بڑائی اور تقویٰ کے ساتھ اس خوش قسمت حاجی کی حقارت بھی۔ مگر چونکہ انہوں نے اپنے آپ کو سمیٹ کر اس حقیر کو جگہ دیکر احسان کیا تھا تو حرم کی مبارک فضا میں الدین النصیحۃ (دین تو صرف خیر خواہی ہے) کا فرمان رسول ﷺ یاد آیا' میں نے ان حاجی صاحب سے مصافحہ کیا تعارف پر معلوم ہوا شام کے قریب رہنے والے ایک انجینئر ہیں' انگریزی بھی بولتے ہیں میں نے معلوم کیا یہ مونچھیں آپ نے کسی مقابلہ کیلئے تیار کی ہیں؟ انہوں نے کہا نہیں بس مردوں کی شان سمجھ کر رکھی ہیں' اس حقیر نے ان سے عرض کیا کہ اللہ کے رسول ﷺ سے آپ کو محبت ہوگی؟

یہ سن کر جیسے وہ بلک گئے ہوں' بیتاب ہو کر بولے اپنے نبی ﷺ سے محبت کسی مسلمان کو نہ ہو تو وہ کتے کی موت مرے گا' میں نے عرض کیا حاجی صاحب پیارے نبی ﷺ سے ملاقات کا شوق بھی ہوگا؟ بولے بھلا کون مسلمان ہوگا جسے آپ ﷺ سے ملاقات کا شوق نہ ہو' میں نے عرض کیا حاجی صاحب اس حال میں اگر ہمارے پاس حضور ﷺ آجائیں تو آپ اس صورت میں ان سے ملاقات کریں گے یا منہ چھپائیں گے؟ وہ بولے شرم تو ضرور آئے گی میں نے عرض کیا: پیارے بھائی جس صورت میں نبی اکرم ﷺ سے ملاقات کرتے ہوئے شرم آئے اس میں کیا خوبی ہے' وہ بہت شرمندہ ہوئے' رونے لگے اور بولے کہ میں نے حج قربان کی نیت کی ہے' کیا احرام میں مونچھیں کٹوا سکتا ہوں' میں نے کہا بالکل نہیں' ارادہ کیجئے اور حج کے بعد مونچھیں کٹوایئے اور ڈاڑھی ابھی سے رکھ لیجئے انہوں نے میرا ہاتھ پکڑا اور بہت شکریہ ادا کیا اور وعدہ کیا کہ آپ نے مجھ پر بڑا احسان کیا' اب میں پوری ڈاڑھی رکھنے کا وعدہ کرتا ہوں' بار بار میرے ہاتھوں کو چومتے رہے' ان پر بہت رقت طاری ہوئی اور بولے یہ جگہ تو اللہ کی محبت میں بیٹے کو قربان کردینے کی یادگار ہے' یہاں جان دیدے تو جان بھی دی ہوئی اسی کی ہے۔ اس سے بھی کہاں حق ادا ہونے والا ہے' ہم اللہ کی محبت میں اپنی صورت بھی اس کے نبی کی سی نہیں بنا سکتے' یہاں جان بھی قربان کردیں تو کم ہے' بہت دیر تک وہ روتے رہے اور عربی میں استغفار کرتے رہے' مغرب کی نماز کھڑی ہوگئی اگلے روز 8 ذی الحجہ تھی حج کی گویا پہلی تاریخ' شیخ سبیل حفظہ اللہ نے نماز پڑھائی' سورۂ صف کی آیات پڑھنا شروع کیں' وہ ہچکیوں سے روتے رہے اور دیکھتے دیکھتے گر پڑے' میں نے نیت توڑی زمزم لا کر ان کے منہ میں ڈالا' پولیس والوں کو اطلاع دی' ان کے منہ پر رومال سے ہوا کی' وہ روتے روتے انما اشکو بثی و حزنی الیک پڑھ رہے تھے اچانک وہ: رضیت باللہ ربا وبالا سلام دینا و بمحمد نبیا ورسولا پڑھنے لگے۔ پولیس والے اسٹریچر لے کر آئے مگر وہ اپنے رب کی آغوش رحمت میں سوگئے تھے۔ اناللہ وانا الیہ راجعون' اس حقیر نے ایسا محسوس کیا جیسے کسی نے اوپر سے کلام محبوب پڑھا ہو: جال صدقوا ما عاھدو اللہ علیہ' فمنهم من قضیٰ نحبه ومنهم من ینتظر۔
اس خوش قسمت شہید محبت تائب نصوح کے مسکراتے چہرے کو دیکھ کر یہ شعر یاد آیا: ؎

جان دی دی ہوئی اسی کی تھی حق تو یہ ہے کہ حق ادا نہ ہوا

مجھے اس شہید محبت نے گویا یہ نصیحت کی کہ ظاہری شکل دیکھ کر بدگمان نہ ہونا' نہ جانے اندر کون سا لعل چھپا ہو۔

کمی بھوک کا سادہ گھریلو ٹوٹکہ

بھوک اچھی طرح نہ لگتی ہو' پیٹ میں ریاح بھرے ہوئے ہوں' قبض رہتا ہو تو پریشان نہ ہوں' اپنے کچن سے ادرک لے کر تراش کر ریزہ کریں اور اوپر سے نمک چھڑک کر ایک دو ماشہ کھائیں' بھوک اچھی طرح لگے گی' ریاح خارج ہوں گے اور قبض رفع ہو جائیگا۔ (ساجدہ' گوجرانوالہ)

(بقیہ: عینک توڑ مچھلی کا سوپ' آزمانے کے بعد)

ختم ہونے کے قریب ہو' جوانی میں یا بڑھاپے میں' وہ یہ شوربہ ضرور استعمال کریں۔ بعض طبیعت موسم گرما میں برداشت نہیں کرسکتی تو موسم سرما اس کیلئے نہایت بہترین ہے۔ آپ کو ان تمام بیماریوں میں کوئی بیماری نہیں لیکن آپ اگر کچھ عرصہ مچھلی کے سر کے سوپ استعمال کرلیں تو ان بیماریوں میں سے کوئی بیماری آپ کو چھو بھی نہیں سکتی۔ مجھے انڈیا کی ریاست کیرالہ کے ایک صاحب نے بیرون ملک ایک بات بتائی کہ وہاں کے لوگ ریاضی' سائنس اور دنیا کے مشکل سے مشکل ترین علوم میں بہت باکمال ہیں' میں نے اس کی وجہ پوچھی کہنے لگے مچھلی اور مچھلی کے سر کا استعمال۔ مچھلی کا سر عقل کی آخری سرحدوں سے دانائیوں اور دانشمندیوں کو نکال کر انسان کے وجود میں نکھر کر معاشرے میں اس کی صلاحیتوں کو بکھیر دیتا ہے۔ یہ وجود لاکھوں کروڑوں کی خیروں اور برکتوں کا ذریعہ بنتا ہے۔ آیئے! ہم مچھلی کے سر سے فائدہ اٹھائیں اسے ضائع ہونے سے بچائیں۔ بس اتنا کرلیں کہ بڑوں کیلئے ایک پیالی اور بچوں کیلئے آدھی پیالی ہر دو یا تین دن کے بعد چند دن چند ہفتے یا چند مہینے استعمال کریں۔ میرا تو مشورہ یہی ہوگا کہ سید بادشاہ کا یہ تجربہ آپ اور لوگوں تک بھی پھیلائیں اور اسے عام سے عام کریں' سستا بےضرر اور نہایت کارآمد ٹوٹکا ہے۔

شادی کیلئے خاص عمل

ایک عامل صاحب نے بڑے دعوئی سے بتایا ہے' عمل کر کے ہی آپ کو پتہ چلے گا کہ کتنا آسان اور تیر بہدف عمل ہے۔

عمل: اچھی طرح پاک وصاف ہو کر خوشبو لگا کر دل میں نیت شادی کر کے قرآن مجید کو کھولیں' درود ابراہیمی طاق دفعہ پڑھیں' پھر بسم اللہ پڑھ کر سورۂ فاتحہ اور بعد میں سورۂ بقرہ جو پڑھ سکیں پڑھیں۔ آخر میں درود شریف پڑھ کر دعا مانگ لیں' روزانہ جہاں سے چھوڑا تھا اس سے آگے اسی طریقہ سے پڑھ کر قرآن مجید ختم کریں۔ عامل صاحب نے فرمایا ہے کہ قرآن مجید ختم ہونے سے قبل بندوبست ہوجائیگا اگر ختم کرنے سے پہلے شادی ہوجائے یا منگنی وغیرہ ہوجائے تو قرآن مجید پڑھنا نہ چھوڑیں ختم کر کے چھوڑیں۔

ثواب کا ثواب اور کامیابی ہی کامیابی

(بقیہ: صرف 2 خشک کھجوریں)

کہا مگر آپ نے یہ تھوڑی سی قیمت بھی کیوں لگائی؟ کہنے لگے اس وجہ سے کہ مجھے ایک باندی ملتی ہے اور اس کو اللہ تعالیٰ نے ایسا حسن دیا کہ اگر وہ اپنا دوپٹہ آسمان کی طرف کردے تو سورج کی روشنی ماند پڑ جائے اگر وہ مردے سے کلام کرے تو مردہ زندہ ہوجائے' اگر کھارے پانی میں تھوکے تو میٹھا پانی ہوجائے' لباس پہنے جو ستر رنگ جھلکے اور اس کے اندر اتنی خوبصورتی ہمیشہ کیلئے ہے اور اس کے دل کے اندر اس کی محبت اور وفا کے جذبات کو آنکھوں سے دیکھا جاسکتا ہے۔ یہ آخری رات کو دو نفل پڑھنے پر بندے کو مل جاتی تو جب دو نفلوں پر ایسی چیز ملتی ہے تو پھر اس کی تو میں نے کھجوریں بھی زیادہ ہی قیمت لگادی ہے۔